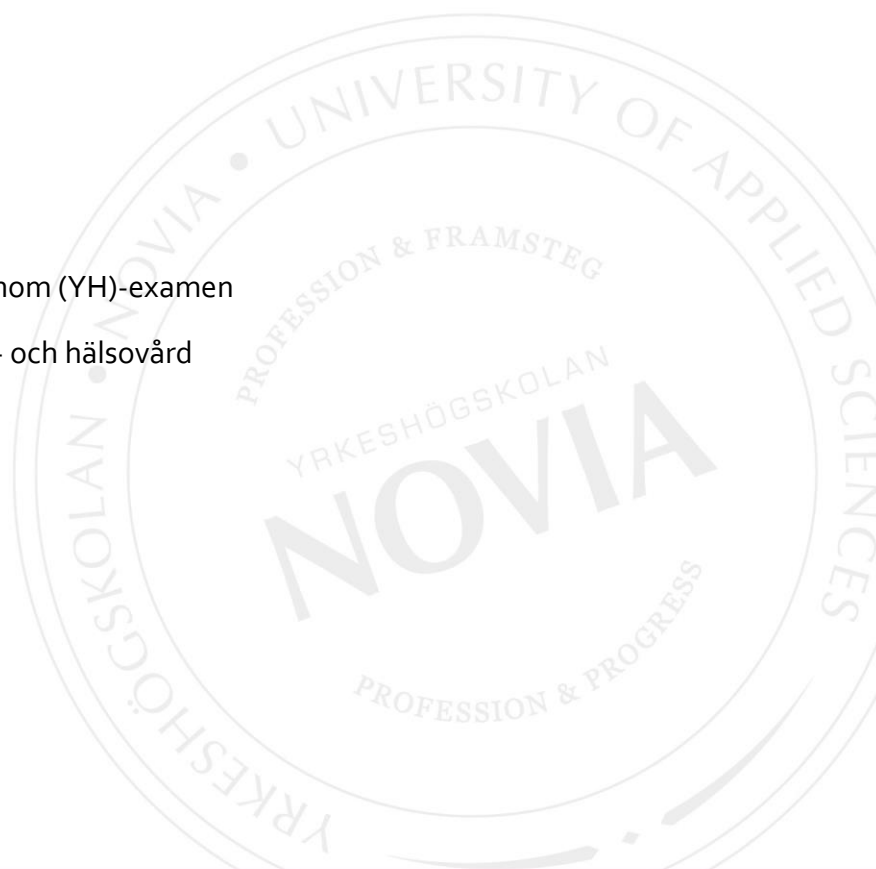


CABLE

En modell för empowermentinriktat arbete med
ensamstående föräldrar

Heidi Fogelberg
Ira Kuusenoja
Sakari Sorola

Examensarbete för Socionom (YH)-examen
Utbildningen inom Social- och hälsovård
Åbo 2018



EXAMENSARBETE

Författare: Heidi Fogelberg, Ira Kuusenoja och Sakari Sorola

Utbildning och ort: Socionom, Åbo

Inriktningsalternativ/Fördjupning:

Handledare: Johanna Wikgren-Roelofs och Tua Weckström-Lundell

Titel: CABLE – En modell för empowermentinriktat arbete med ensamstående föräldrar

Datum 4.5.2018 Sidantal 58

Bilagor 10

Abstrakt

Examensarbetet *CABLE – En modell för empowermentinriktat arbete med ensamstående föräldrar* är en del av samarbetsprojektet *Där nöden är störst – diakoni på svenska*. Datainsamlingsmetoderna för examensarbetet är allmän litteraturgenomgång samt halvstrukturerade intervjuer av fem sakkunniga personer inom familjearbete eller CABLE i Jakobstad, Tammerfors, Helsingfors och Åbo.

CABLE (Community Action Based Learning for Empowerment) är en pedagogisk och empowermentinriktad process med fokus på gemenskap. Syftet med arbetet är att utveckla en empowerment-modell av Cable-metoden för ensamstående föräldrar som deltagare.

Arbetet är uppbyggt av aktuell forskning och teoretisk litteratur kring nyckelorden CABLE, empowerment och ensamstående föräldrar. Frågeställningarna för examensarbetet är: Hur ser den ensamstående förälderns utmaningar och resurser ut i vardagen? Vad är CABLE som metod och varför kan den tillämpas på grupp av ensamstående föräldrar? Hur bygger man upp en CABLE modell för att arbeta empowermentinriktat med ensamstående föräldrar?

Resultatet utifrån litteraturgenomgången och intervjuerna är en empowerment-modell av CABLE-metoden för ensamstående föräldrar. Modellen är en gruppverksamhet med sex faser med fokus på resursförstärkning och egenmakt samt gemenskap, positiv förändring och medborgaraktivitet.

Språk: svenska

Nyckelord: CABLE, empowerment, ensamstående föräldrar, vardag, resursförstärkande, samhällsarbete, gemenskap, grupper

OPINNÄYTETYÖ

Tekijät: Heidi Fogelberg, Ira Kuusenoja ja Sakari Sorola

Koulutus ja paikkakunta: Sosionomi, Turku

Suuntautumisvaihtoehto/Syventävät opinnot:

Ohjaaja(t): Johanna Wikgren-Roelofs ja Tua Weckström-Lundell

Nimike: CABLE – Voimaantumistyön malli yksinhuoltajavanhemmille

Päivämäärä 4.5.2018 Sivumäärä 58

Liitteet 10

Tiivistelmä

Opinnäytetyö *CABLE – Voimaantumistyön malli yksinhuoltajavanhemmille* on osana hanketta *Där nöden är störst – diakoni på svenska*. (Missä ahdinko on suurin - diakoniaa ruotsiksi). Tiedonkeruumenetelmänä opinnäytetyössä on yleinen kirjallisuuskatsaus sekä viiden CABLE-menetelmän tai perhetyön asiantuntijan haastattelut Pietarsaassa, Tampereella, Helsingissä ja Turussa.

CABLE (Community Action Based Learning for Empowerment) on pedagoginen ja voimaannuttava prosessi jonka painopisteenä on yhteisöllisyys. Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää CABLE-voimaantumismalli yksinhuoltajille.

Opinnäytetyö perustuu ajankohtaiseen tutkimukseen ja kirjallisuuteen, jossa keskeiset käsitteet ovat CABLE, voimaantuminen ja yksinhuoltaja. Opinnäytetyötä ohjaavat seuraavat tutkimuskysymykset: Millaiset ovat yksinhuoltajien arjen haasteet ja voimavarat? Mikä on CABLE-menetelmä ja miksi se soveltuu yksinhuoltajien tueksi? Miten rakennetaan voimaantumistyön malli yksinhuoltajavanhemmille CABLE-menetelmän avulla?

Kirjallisuuskatsauksen ja haastattelujen tulos on CABLE-voimaantumismalli yksinhuoltajille. Malli on kuusivaiheinen ryhmätoimintamalli joka painottaa voimaantumisen ja valtaistumisen lisäksi yhteisöllisyyttä, myönteistä muutosta sekä kansalaisaktivismia.

Kieli: ruotsi

Avainsanat: CABLE, empowerment, yksinhuoltajavanhemmat, arkipäivä, voimaannuttava, yhteisötyö, yhteisöllisyys, ryhmät

BACHELOR'S THESIS

Authors: Heidi Fogelberg, Ira Kuusenoja and Sakari Sorola

Degree Programme: Social services, Turku

Specialization:

Supervisor(s): Johanna Wikgren-Roelofs and Tua Weckström-Lundell

Title: CABLE – A model of empowerment oriented work with single parents

Date 4.5.2018 Number of pages 58

Appendices 10

Abstract

This bachelor's thesis *CABLE - A model of empowerment oriented work with single parents* is part of the project *Där nöden är störst – diakoni på svenska*. ("Where the need is greatest –deacon work in Swedish"). The methods of data gathering is literature studies and interviews with five professionals of the CABLE-method or family oriented social work in Pietarsaari, Tampere, Helsinki and Turku.

CABLE (Community Action Based Learning for Empowerment) is an educational and empowerment oriented process focusing on community building. The purpose of the thesis is to develop an empowerment model of CABLE for single parents.

The thesis is based on current research and literature. The research questions for the thesis are: What does a single parent's everyday life challenges and resources look like? What is the CABLE-method and why can it be used to support single parents? How to develop a model of empowerment oriented work with single parents using CABLE as a method?

The result of the literature studies and the interviews is an empowerment model of CABLE for single parents. The model has six phases and focuses on empowerment, affinity, positive change and civic activism.

Language: Swedish Key words: CABLE, empowerment, single parent, everyday life, community work, community, groups

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
1.1	Syfte och problemformuleringar	1
1.2	Allmän litteraturgenomgång.....	2
1.3	Arbetets upplägg.....	3
2	Ensamstående föräldrar	4
2.1	Utsatthet bland ensamstående föräldrar	4
2.2	Familjer och enföräldersfamiljer	5
2.3	Vad avses med ensamstående föräldrar	7
2.4	Ensamstående föräldrars vardag	9
2.4.1	Ekonomiska svårigheter	11
2.4.2	Känslor och brister.....	12
2.4.3	Stigma.....	13
2.4.4	Stärkande nätverk.....	15
2.4.5	Föräldraskap	16
3	CABLE, grupp och empowerment.....	19
3.1	CABLE	19
3.2	Teoretiska perspektiv på CABLE som metod	21
3.3	CABLE-grupp, -element och -process	24
3.3.1	CABLE-grupp som medel för inläring och förändring.....	24
3.3.2	CABLE som process och dess effekter	27
3.4	Empowerment.....	32
3.4.1	Definition	32
3.4.2	Gemenskap och delaktighet.....	33
3.4.3	Värderingar.....	35
3.4.4	Vägen till förändring.....	36
3.5	CABLE för ensamstående föräldrar.....	38
4	Metodpresentation	39
4.1	Halvstrukturerad intervju.....	39
4.1.1	Målgrupp och urval.....	39
4.1.2	Etiska ställningstaganden	40
4.1.3	Systematisk innehållsanalys	41
5	Resultat	48
5.1	Arbetsprocess för modellbygget	48
5.2	Modell	49
5.2.1	Handledarskap.....	49

5.2.2	Modellens empowerment-inriktade process.....	50
6	Avslutande diskussion.....	56
6.1	Slutsatser och kritisk granskning.....	56
Källor	59

Bilageförteckning

Bilaga 1 Projektbeskrivning för examensarbetsprojektet CABLE

Bilaga 2 Nöden är som störst projektets projektplan

Bilaga 3 Följebrev på svenska

Bilaga 4 Följebrev på finska

Bilaga 5 Intervjuplan på svenska

Bilaga 6 Intervjuplan på finska

Bilaga 7 Intervjuanalys tankekarta Grundelement

Bilaga 8 Intervjuanalys tankekarta Empowerment-process

Bilaga 9 Feedback på modellen från intervjudeltagarna

Bilaga 10 Modellen

1 Inledning

1.1 Syfte och problemformuleringar

Detta arbete är en del av Yrkeshögskolan Novias examensarbetsprojekt – ”CABLE”, som är ett samarbete med det större externfinansierade projektet ”Där nöden är störst – diakoni på svenska” (2016 – 2018) som är ett samarbetsprojekt mellan de svenska församlingarna i Helsingfors och Helsingfors Diakonissanstalt. Projektet ”CABLE” har som mål att skapa metoder, modeller och verktyg som befrämjar empowerment och delaktighet bland sårbara och utsatta grupper speciellt inom Helsingforsregionen. Målsättningarna förverkligas genom att CABLE-metoden prövas och utvecklas. Projektplanerna finns i bilagorna 1 och 2.

CABLE, som är en förkortning av de engelska orden Community Action based Learning for Empowerment, är en resursförstärkande metod som går ut på att människor i utsatta situationer arbetar tillsammans med sakkunniga i grupp för att på olika sätt arbeta för positiv förändring. CABLE-metodens rötter ligger i settlementrörelsen i England och USA, i Paolo Freires emancipatoriska pedagogik samt i befrielsesteologin i Latinamerika. Den är en sammansättning av dessa tankegångar om gemenskapsarbete med ändamålet att hjälpa utsatta människogrupper i samhället, vilket i det långa loppet blev en vuxenpedagogisk CABLE-metod inom kyrkligt samhällsarbete i Nederländerna och i Britannien på 1990-talet. (Hdl u.å.). CABLE-metoden kom till Finland i slutet av 1990-talet genom ett samarbete mellan Diakonia Ammattikorkeakoulu och internationella diakoninätverk. Helsingfors Diakonissanstalt har sedan 2009 utvecklat en egen version av CABLE, som kallas Kaapeli. På senare tid har de använt och utvecklat metoden för att hjälpa och stöda både klienter och professionella i Finland och utomlands.

Syftet med detta examensarbete är att skapa en modell av CABLE-metoden för ensamstående föräldrar. Modellen har utvecklats och är avsedd i främsta hand för grupphandledare som arbetar med ensamstående föräldrar via CABLE-metoden. Valet av syfte påverkades av att ett tidigare examensarbete inom Yrkeshögskolan Novia inom projektet hade kommit fram till att speciellt ensamstående mammor är en grupp som inte erbjuds så mycket tjänster inom socialvården.

Som argument för arbetets syfte finns det statistik och undersökning på att ensamstående föräldrar är en grupp i samhället som står i marginalen på olika sätt. Enligt Statistikcentralen (2017) stod enföräldersfamiljerna för en femtedel (22 procent) av alla familjer i slutet av

2016. Av dessa bestod 106 000 familjer av en ensamstående mamma och barn. Valet av temat motiveras även utgående från det att en av skribenterna har arbetserfarenhet från bland annat barnskyddsfamiljer, av vilka en relativt stor del är enföräldersfamiljer, antingen med en mamma eller med en pappa, vilka ofta är marginaliserade och löper risken att bli utsatta.

Ekonomiska svårigheter leder ofta till utsatthet. Det beror i huvudsak på svårigheten att kombinera ensamstående föräldraskap med arbete, utsatthet som arbetstagare och ett bidragssystem som inte uppmärksammar ensamstående föräldrar tillräckligt. De ekonomiska svårigheterna är ofta ett stort problem och leder till andra så som sociala och psykiska utmaningar. Fokus ligger på CABLE-metodens användning som stöd genom individuell och gemenskaplig empowerment i dessa utmaningar. Samtidigt betonas att föräldrarnas välmående alltid har en direkt påverkan även på barnen.

I den första e-postkontakten med en av våra intervjupersoner Kirsti Rinta-Panttila (Intervju 5.2.2018), som arbetar som ledande diakonissa och Kaapeli-handledare på Helsingfors Diakonissanstalt, tyckte hon att vår inriktning på ensamstående föräldrar som deltagandegrupp är utmärkt och ändamålsenlig för CABLE. I intervjun med Matti Helin (Intervju 23.2.2018), som handleder CABLE-grupper, uttryckte han att det är en av CABLE-metodens fördelar att den kan inriktas till och användas även bland ensamstående föräldrar. Skribenterna anser att ordet målgrupp ofta indikerar till en överlägsen maktposition och har därför valt att i arbetet använda orden gruppmedlemmar och gruppdeltagare. I CABLE är handledaren och deltagarna jämlika gruppmedlemmar.

På basen av vårt syfte har vi formulerat följande frågeställningar för examensarbetet:

1. Hur ser den ensamstående förälderns utmaningar och resurser ut i vardagen?
2. Vad är CABLE som metod och varför kan den tillämpas på en grupp av ensamstående föräldrar?
3. Hur bygger man upp en CABLE-modell för att arbeta empowermentinriktat med ensamstående föräldrar?

1.2 Allmän litteraturgenomgång

Eftersom examensarbetet är en del av ett treårigt projekt, bestående av flera tidigare examensarbeten, kunde många relevanta och aktuella källor hittas från tidigare arbetens källförteckningar. Det underlättade litteratursökningen men gjorde det även mer utmanande

att skapa en unik studie. Skribenterna har strävat efter att framlägga argument för att fylla de luckor som ännu fanns och få till stånd något nytt (Yin 2013, 66). Förutom projektets tidigare examensarbeten har källor samlats även genom litteratur- och forskningssökning på olika databaser. Vissa intervjupersoner stödde även med källor gällande CABLE. Slutligen fanns en bred bakgrund för studiens syfte.

En stor del av litteraturen är från år 2005 – 2017, men en del av källorna som varit centrala för arbetet har utkommit redan tidigare i original- upplaga, exempelvis Freire och Habermas. Största delen av litteraturen är från 2010-talet.

I litteratur- och forskningssökningen användes följande både finländska och utländska databaser: EBSCO, Novia Alma, Vaski Finna, Google Scholar, SAGE Journals Online, ASSIA (Applied Social Sciences Index and Abstracts), Andor och Melinda. Som enskilda och kombinerade svenskspråkiga sökord användes CABLE, metod, ensamstående, förälder, resursförstärkande, utmaningar, stödbehov, socialt samhällsarbete, kreativa metoder, socialt arbete med grupper, emancipation, aktionsforskning, funktionellt arbete, delaktighet, deltagande. Finskspråkiga sökord som användes var Kaapeli, yhteisötyö, yhdyskuntatyö, valtaistuminen, voimaantumisen, yksinhuoltaja, vanhemmat och vertaistuki. Engelskspråkiga sökord som användes var single, parent, family, challenges, group, exposure, empowerment och development. Tidigare inom projektet utförda examensarbetens och annan litteraturs källförteckningar samt intervjupersonernas tips användes som stöd i informationssökningen. Sökningen har inte beskrivits i tabell, eftersom det skulle ha tagit mycket tid att dokumentera alla resultat av sökningen. Vi ansåg att den tiden kunde användas till mer betydelsefulla ämnen i examensarbetet, eftersom tiden var begränsad.

Det finns mycket litteratur om ensamstående föräldrar. Ensamstående föräldrar är ett brett begrepp och kan innefatta människor i olika åldrar och livssituation. Därmed skulle intervjuer av ensamstående föräldrar inte ha gett ett så brett perspektiv som litteraturen gav. Eftersom meningen var att göra en modell av CABLE för ensamstående föräldrar, hade faktakunskap större betydelse.

1.3 Arbetets upplägg

Examensarbetet inleds med allmän litteraturgenomgång via två olika för arbetet centrala teoretiska perspektiv. Kapitel två inriktar sig på ensamstående föräldrar och deras vardag,

medan kapitel tre berör CABLE som en empowermentinriktad arbetsmetod med ensamstående föräldrar som deltagargrupp. Arbetet fortsätter med en presentation av valet av empirisk metod, som är halvstrukturerad intervju samt resultatet av intervjuernas innehållsanalys i kapitel fyra. Kapitel fem behandlar resultatet samt processen som skapat resultatet, som är en modell av Cable för ensamstående föräldrar. Avslutningsvis diskuteras arbetets slutsatser, kritisk granskning samt etiska överväganden i kapitel sex.

2 Ensamstående föräldrar

2.1 Utsatthet bland ensamstående föräldrar

Paulo Freire (1976: 2005, 124) poängterade styrkan i att känna till gruppdeltagarnas vardag så noga som möjligt, för att kunna planera verksamhet ur deras perspektiv och till nytta för dem. Metodutvecklingen består därför av denna del där ensamstående föräldrars vardag och behov analyseras och granskas med hjälp av tidigare teori och forskning. Bak (2012, 69) antyder att det ensamstående föräldraskapet kan ses som ett möjligt socialt problem i vissa sammanhang, särskilt ur barnets perspektiv. Barnets perspektiv är inte aktuell i denna studie, men är centralt ur familjeperspektivet. Genom att forska i ensamstående föräldrars vardag i den allmänna litteraturgenomgången har det dock kommit fram att det oftast inte är familjeformen som skapar problem, utan större samhälleliga strukturer och uppfattningar. När det forskas i problematik som utsatthet anser Helne (2002, 36) att fokus borde riktas på samhället som skapar fenomenet. Det stöder vårt syfte att utforma en modell av CABLE för gruppen ensamstående föräldrar eftersom det inte finns någon mening i att förändra familjeformer utan man bör däremot förstärka de resurser som finns.

Är då den ensamstående föräldern utsatt? Enligt Helne (2002, 33 & 36) borde ingen kallas utsatt. Begrepp som utsatthet är gränsskapande och riskfulla. Genom att definiera en grupp eller individ som utsatt, definieras andra som icke utsatta. (Björklund et al. 2010, 50). Helne (2002, 21 & 25) beskriver begreppet som oklart och föränderligt. Det uppstår endast i relation till andra människor och är därmed ett relationellt begrepp. Utsatthet kopplas ofta till svagheter och brister. Det kan beskrivas bland annat som brist på resurser inom områden som arbete, inkomst och trygghet, eller en kombination av dessa. (Engel enligt Björklund et al. 2010, 51). Dessa kan anses som viktiga komponenter för ett fullvärdigt liv. Ett fullvärdigt liv kan ändå upplevas vara något mycket olika beroende på person, vilket leder till att utsatthet även kan anses som en individuell uppfattning. (Björklund et al. 2010, 51).

Diagnostisering av och stämpling till utsatt konserverar och reproducerar de samhälleliga strukturerna mer än befriar och skapar möjligheter. Enligt Björklund et al. (2010, 51) passiverar och fråntar denna *kunskapens makt* människans förmåga att ta ansvar över sitt liv. Svårigheter i ensamstående föräldrars situation skall inte ses som en följd av familjekonstellationen eller föräldraskapet enligt Krok (2009, 89). Problematiken har ofta sin utgångspunkt i större strukturer och beror på flera olika faktorer. Enligt Krok (2009, 27 & 190) har alla familjer olika lägen och resurser, vilket kan bero bland annat på om föräldern arbetar, hur många och hur gamla familjens barn är. Hon har forskat i ensamstående mammors vardag och valde att använda begreppet marginalitet för att beskriva gruppens situation. Begreppet marginalisation kommer från det latinska ordet *margo*, som betyder kant eller gräns. (Helne, 2002, 22). Krok (2009, 27) upplever positionen som ett dimmigt område varifrån man antingen kan flyttas inåt eller utåt.

Skribenterna har ändå efter studier i ensamstående föräldrars vardag kommit fram till att situationen i vissa fall kan uppfattas som utsatt eller marginell, bland annat ifråga om möjligheterna till en stadig och tillräcklig inkomst och kulturella synen på familjeformen. Föräldrarna har i vissa fall ensamma huvudansvaret för omsorgen och vården om sina barn till skillnad från familjer med två föräldrar (Bak 2012, 77). Det är utmanande att kombinera föräldraskap med arbete som ensamstående förälder, vilket skapar svårare förhållanden för deltagande i arbetslivet och därför även till en inkomst överhuvudtaget. (Monimuotoiset perheet u.å.). De ekonomiska svårigheterna kan dessutom leda till annan problematik som vidare kan leda till en spiral av utsatthet. Ensamstående föräldrars ekonomiska svårigheter diskuteras mer ingående i kapitel 3.5.1.

Det är problematiskt och ibland riskfullt att placera individer i grupper med olika egenskaper och erfarenheter inom samhället. Fastän studien inriktar sig på ensamstående föräldrar som en grupp är de ändå inte en homogen grupp. Analysen beror mycket på vem som analyserar och i vilken omgivning. Även gruppens egna synpunkter borde ha möjligheten att påverka. Varje familjs, varje persons berättelse och situation är unik och individuell med sina egna styrkor och svagheter, utmaningar och resurser.

2.2 Familjer och enföräldersfamiljer

En familj bestående av ensamstående förälder och barn kan kallas enföräldersfamilj och är en familjekonstellation av många. Familjen är ur ett vetenskapligt perspektiv inte lätt att entydigt definiera. Familjen har valts att analyseras ur ett sociologiskt perspektiv i denna

studie eftersom disciplinen ur en vetenskaplig synvinkel tydliggör förändringar i könens kulturella betydelse och familjekonstellationernas utveckling i samhället, nu, förr och i framtiden då enföräldersfamiljernas ökade mängd, inre strukturer som vardag samt ställning i det finländska samhället ligger i fokus för studien. Sociologi är en teoretisk pluralistisk samhällsvetenskaplig disciplin med oskarpa gränser till flera andra vetenskapsinriktningar, som tangerar familjen ur ett brett perspektiv med hänsyn till sociala processer samt historiska och kulturella synvinklar. Det finns ingen definition på familj som alla sociologer ställer sig bakom. Sociologerna är därmed ense om att det inte finns en universell modell för den ideala familjestrukturen och familjelivet. (Giddens & Sutton 2014, 21, 27, 52 & 245; Furseth & Repstad 2005, 9).

Kärnfamiljen, bestående av pappa, mamma och gemensamma barn, har dominerat som den vanligaste familjeformen i västvärlden under en längre tid. Idag håller det dock på att ske förändringar i uppfattningen om vad en familj är. Förändringarnas ursprung beskrivs som invecklade men anses påverkas av den västerländska kulturens spridning genom massmedier som television, film och internet, ett ökande antal förvärvsarbetande kvinnor, större sexuell frihet och ett allt mer könsjämnt samhälle. Familjestrukturen förändras även i takt med att allt fler människor lever ensamma och skaffar färre barn senare i livet. (Giddens & Sutton 2014, 245-246 & 248). Dessa fenomen märks inom de nordiska länderna. Av alla hushåll i Finland hade 22 % och i Sverige 25 % barn år 2016, medan samma andel var 41 % i Irland och 36 % i Portugal. (Eurostat 2017). Det förutspås att kärnfamiljen antagligen inte kommer att vara den vanligaste familjetypen längre in på 2000-talet. Mångfald kommer däremot att vara ett allt mer framträdande drag i familjekonstellationerna. (Giddens & Sutton 2014, 248).

Castell (1997) håller enligt Bäck-Wiklund (2012, 41) med om att det inte tycks finnas någon självklar framtida familjeform. Han påstår dock att det finns en del klara trender i hur människorna ordnar sitt familjeliv som går att urskilja i dagens samhälle. Bland annat att de sociala nätverken har en allt större betydelse, kvinnornas allt autonomare ställning ökar genom det växande antalet ensamma mammor och att allt fler människor möter en följd av partnerskap och samlevnadsmönster under livets gång. Johansson (2012, 92) anser också att människorna i dagens samhälle lever i allt mer olika typer av familjebildningar. Det handlar enligt honom oftast om former av ombildade familjer eller seriella kärnfamiljer, det vill säga att man på grund av olika orsaker ingår i flera familjekonstellationer. Man skapar en så kallad individuell familjekarriär under livets gång enligt Bak (2012, 70). Johansson (2012, 92) menar även att allt fler barn med tiden lever åtskilt från en av sina biologiska föräldrar.

Fenomenet förklarar bland annat orsaken till varför ungefär vart tredje barn i Finland räknas leva i en enföräldersfamilj någon gång under sitt liv (Monimuotoiset perheet u.å.).

2.3 Vad avses med ensamstående föräldrar

I det finska samhället växer andelen ensamstående föräldrar. Enligt Statistikcentralen (2017) stod enföräldersfamiljerna för ungefär en femtedel (22 %) av alla familjer i slutet av år 2016. Av dessa bestod 106 000 familjer av en ensamstående mamma med barn. Andelen enföräldersfamiljer växte med 1700 i jämförelse med 2015. År 2012 fanns det statistiskt mest enföräldersfamiljer i Päijänne-Tavastland som hade 22,8 % och Nyland 22,6 % enföräldersfamiljer av alla barnfamiljer inom områdena. I Helsingfors var andelen enföräldersfamiljer 28,3 %, i Vanda 23,5 % och i Esbo 19,7 % av alla barnfamiljer. (Väestöliitto 1 u.å.).

Andelen ensamstående pappor är ännu liten, vilket kan bero på att barnen oftast bosätter sig hos mamman vid en separation eller skilsmässa enligt Johansson (2012, 92). Endast några procent av de ensamstående mammorna är änkor (YVPL 2 u.å.). Det är därför viktigt att komma ihåg att de flesta ensamstående mammorna inte har total ensamvårdnad om barnen och att barnen till viss del ofta bor även hos sin pappa. Detta betyder att det egentligen finns många fler ensamstående pappor än vad statistiken påstår. Både den ensamstående mammans och pappans perspektiv är lika viktiga i denna studie eftersom de innehar samma föräldraroll. Enligt Bak (2012, 70) finns det skillnader mellan familjer med en ensamstående mammas och en ensamstående pappas situation främst gällande ekonomiskt-materiella villkor.

Det finns olika former av enföräldersfamiljer. I denna studie ligger fokus på alla ensamstående föräldrar, oberoende av kön, bakgrund för att göra deltagargruppen för modellen av CABLE så bred som möjligt utan att ändå ha fokus på liknande erfarenheter och likande situation. Enföräldersfamiljen består i denna mening av en förälder och en varierande mängd hemmaboende barn. Strävan har varit att skapa lika mycket teoretisk bakgrund om både ensamstående mammor och pappor fastän det har hittats mer forskningsunderlag berörande ensamstående mammor än pappor. I kategorin enföräldersfamiljer ingår ensamföräldrar och föräldrar med delad vårdnad (Monimuotoiset perheet 1 u.å.). För begreppet ensamförälder används ibland det finska begreppet *totaaliyhäri*, vilket på ett tydligt sätt beskriver den ensamstående förälderns situation: föräldern tar ensam hand om barnet utan att den andra föräldern är delaktig i barnets liv

varken ekonomiskt eller praktiskt. Den totalt ensamstående föräldern kan också beskrivas som en förälder som är en ensamstående förälder, utan stöd av den andra föräldern, men som även saknar någon annan närstående som föräldraskapet kunde delas med åtminstone till någon mån. Som till exempel mor- eller farföräldrar, andra släktingar eller vänner. Det finns olika variationer av den totalt ensamstående föräldern. (Yle 2012). En förälder kan till exempel bli ensamförälder om den andra föräldern dör, vilket inte är så vanligt i Finland (Lammi-Taskula 2004, 89). Begreppet kan även betyda att föräldern har gjort ett medvetet val och skaffat barnet på egen hand till exempel genom adoption, provrörsbefruktnings eller surrogatmoder.

Enligt Statistikcentralen (2012) blev det 13 469 skilsmässor i Finland år 2011. Av dessa var 40 procent familjer utan barn, medan 25 % av familjerna som skilde sig hade ett eller två barn. Resten hade fler än två barn (Väestöliitto 2 u.å.). Enligt Giddens och Sutton (2014, 251) har enföräldersfamiljernas allt större mängd påverkats av de ökande skilsmässotalen. Ur hela familjens synvinkel är enligt Alatalo (2011, 57) oftast en separation som leder till ensam- eller delad vårdnad ett bättre alternativ än dåliga familjeförhållanden.

Idag blir föräldrar oftast ensamstående förälder på grund av en skilsmässa eller separation. De flesta ensamstående har därför en tidigare partner som deltar i omvårdnaden på ett eller annat sätt. (Forssén et al. 2009, 11). Om barnet har två föräldrar, vilka har valt att inte ta hand om barnet tillsammans, innehåller begreppet ensamstående förälder olika grad av föräldraskap samt vårdnad och uppfostran av barnet. Föräldrarna kan bestämma själva hur de tar hand om deras gemensamma barn med barnets bästa i fokus. Äldre barn kan även själva vara med och påverka. Delad vårdnad betyder oftast att barnet bor ungefär lika mycket hos båda föräldrarna och föräldrarna tar gemensamma beslut gällande barnet. (Krok 2009, 110). Ungefär 90 % av föräldrar som separerar bestämmer sig för delad vårdnad (Forssén et al. 2009, 11). De gemensamma besluten kan gälla bland annat namn, boende, underhåll, fostran, språk, tro, utbildning, hälsovård och användningen av barnets egendom. (Infopankki 2014). Den ena föräldern kan även få ensamvårdnad efter separationen, vilket betyder att den föräldern som har vårdnaden antingen ensam tar hand om barnet eller så träffar barnet den andra föräldern ibland, beroende på hur föräldrarna tillsammans kommer överens. I ensamvårdnad blir den föräldern med vårdnaden om barnet så kallad *närförälder* och den andra *distansförälder*. (Krok 2009, 110).

2.4 Ensamstående föräldrars vardag

En kvinnlig skribent som har erfarenhet av att vara ensamstående förälder till fyra barn har skrivit följande:

”Vad behöver då en ensamstående mamma och hennes barn? Vad göra när vardagen hotar växa dem över huvudet? Nå, där finns egentligen bara ett vettigt svar: Fråga dem!” (ref. Westergård & Wikström 2012, 166).

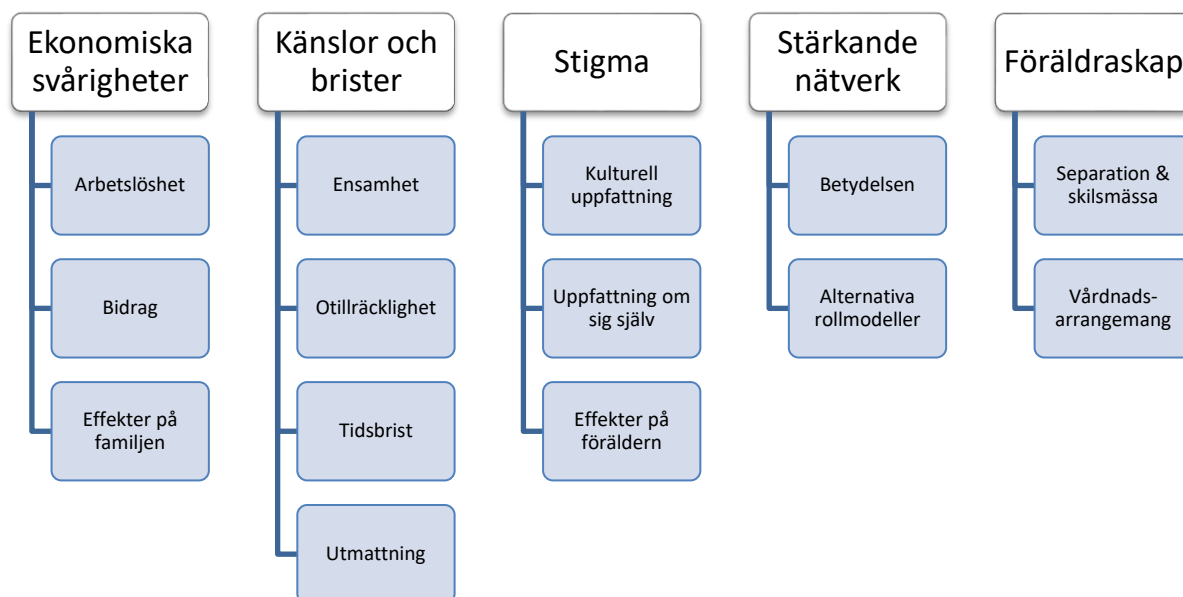
Ovanstående citat kommer från boken Vardagshjälte 24/7 – om att vara ensamförälder (red. Westergård & Wikström 2012), som är en samling berättelser från det riktiga livet som ensamstående förälder. Berättelserna i boken är skrivna av finländska personer som har erfarenhet av att vara ensamstående förälder. I boken finns både singelmammor och -pappor presenterade. Citaten är medtagna i studiens teoretiska bakgrund angående ensamstående föräldrars vardag eftersom de förstärker teorin och tidigare forskning. Citaten är citerade med skribentens kön samt barnens mängd för att förstärka känslan över situationen som skribenten har erfarenhet av. Att ge gruppen som studien inriktar sig på sin röst hörd är en central motivering till medtagandet av citaten. Ingen kan veta hur det är att leva i den ensamstående förälderns vardag om man inte har upplevt det själv.

Vardagen formas av olika komponenter. Människor bildar sitt liv i ett samspel mellan individuella val och givna strukturella möjligheter och begränsningar, det vill säga livsvillkor. Det finns stora skillnader från individ till individ gällande vardagsformning. (Bäck-Wiklund, 2012, 34). Hur vardagen ser ut i en familj är alltid unikt. I familjesystemet påverkar alla varandra och dynamiken formar en mångfasetterad helhet. Familjens inre förmåga att kommunicera och lösa problem har en central ställning för hur vardagen fungerar och hur familjen klarar av problematiska situationer. Positiva dialogiska förhållanden och emotionell närhet har en viktig roll för uppbyggandet av en trygg familjemiljö. (Broberg & Tähtinen 2009, 155-156).

Krok (2009, 111) anser att det finns lika många familjer som sätt att ordna vardagen och de vardagliga relationerna inom familjen. Problem som ensamstående föräldrar kan kämpa med i vardagen är ofta enligt Alasalmi (2016, 70) små och vardagliga. Men när de blir flera och fler, blir de samtidigt svårare att hantera. En utmanande livssituation inom familjelivet påverkar föräldraskapet, hemmets atmosfär, förutsättningarna för funktionsförmåga samt resurserna inom samt utanför familjen (Helminen 2006, 28). Alla familjer har som sagt olika

resurser att ta till vara och använda sig av. Resurserna kan delas in i yttre och inre resurser. Yttre resurser som bland annat den ekonomiska situationen, boendenivån och föräldrarnas utbildningsnivå samt yrkesinriktade ställning och inre resurser som familjens historia, sociala nätverk och föräldrarnas och barnens relation. Resurserna skapar grunden för familjens funktionsförmåga och har en direkt inverkan på hela familjens välmående samt barnens utveckling (Helminen 2006, 28 & Broberg & Tähtinen 2009, 155). Den ensamstående har ofta mindre resurser och måste också själv klara av sådant som i vanliga fall sköts av två personer. Tiden blir ofta knapp för omvårdnad, uppfostring, läxläsning eller hobbyverksamhet för den ensamstående föräldern enligt McLanahan & Sandefur (1994; Broberg & Tähtinen 2009, 157). Det hör många tröttande och utmattande sidor till det ensamstående föräldraskapet. Ofta upplever även ensamstående föräldrar ensamheten samt förhållandet till den tidigare partnern som problematiska. Den största utmaningen i enföräldersfamiljens situation har ändå ett samband med knappa ekonomiska resurser som indirekt eller direkt påverkar hela familjens mående. (Broberg & Tähtinen 2009, 157). Modellen av CABLE för ensamstående föräldrar har som målsättning att varje deltagare hittar och tar till vara sina redan existerande resurser för positiv förändring i vardagen.

Ofta handlar det ensamstående föräldraskapet om en förändring från ett gemensamt föräldraskap mellan två föräldrar till delat föräldraskap på skilda håll. När en familj delas upp förändras funktionssätten och – dynamik samt föräldraskapet. Förändringen kan påverka familjens inre och yttre resurser som därigenom kan påverka barnens välmående. Idag ses ändå det ensamstående föräldraskapet allt mindre som en riskfaktor, utan istället som en arena för nya möjligheter. (Broberg & Tähtinen 2009, 154 & 157). För denna studie har det valts att dela in ensamstående föräldrars vardag i fem teman som är indelade i underteman som beskriver utmaningar och stödfaktorer i det dagliga livet. Temana är *ekonomiska svårigheter, känslor och brister, stigma, stärkande nätverk och föräldraskap*. Temana och faktorerna påverkar varandra. De är utvalda med tanke på hur CABLE som metod skulle kunna stöda vardagen för deltagarna. I nästa stycke fortsätter en mer djupgående analys över vardagen med hjälp av figur 1 nedan.



Figur 1 Vardagens utmanings- och stödfaktorer.

2.4.1 Ekonomiska svårigheter

Enligt Statistikcentralen (2018) har hushållen som består av en ensamstående förälder med barn den svagaste ekonomiska ställningen bland barnhushållen i Finland med minst ett barn under 18 år. År 2016 var inkomsterna i dessa hushåll 75 % av inkomsterna i barnhushåll i genomsnitt. Siffran har sjunkit med 10 % sedan mitten av 1990-talet. En bidragande orsak till de allt lägre inkomsterna är den höga arbetslösheten bland ensamstående föräldrar. Arbetslöshetsgraden är nu 18,7 %. Den har stigit och orsaken till detta kan ses som bland annat att arbetslivet har blivit mer flexibelt. Kravet på flexibilitet skapar svårigheter för den ensamstående föräldern att kombinera jobb och familj med. (Yle 2018).

En kvinna som har erfarenhet att vara ensamstående förälder för fyra barn har påpekat följande:

”Å andra sidan: Nu när jag inte längre arbetar heltid, är det inte så mycket tiden, som pengarna – och i förlängningen mitt humör och min sinnesfrid – som hotar att bli ett problem. Och gällande det ekonomiska krävs det faktiskt större politiska beslut; en reform av beskattningen, en reform av underhållssystemet” (ref. Westergård & Wikström 2012, 167).

Ensamstående föräldrars ekonomiska svårigheter beror alltså främst på en kombination av en slags utsatthet som arbetstagare, missgynnad ställning inom bidragssystemet och bland

annat arbetsmarknadens hårda krav på flexibilitet. Ekonomiska svårigheter kan innebära stress och ohälsa för hela familjen (Bak 2012, 82). Ständig ekonomisk osäkerhet påverkar även familjeatmosfären och föräldraskapet, till exempel genom att orsaka lättretlighet hos den ensamstående föräldern. Rollen som förälder blir mer utmanande. Barnens vård kan ta skada om föräldern är under psykiskt och ekonomiskt tryck och påverka barnens fysiska, psykiska och sociala uppväxtmiljö. Om det inte finns pengar till att göra samma saker som kompisarna, köpa gåvor till födelsedagskalas eller delta i hobbyn som intresserar kan de ekonomiska svårigheterna även leda till social isolering. (Yle 2018, Forssén et al. 2009, 17 & Helminen 2006, 21).

En modell av Cable kan inte förändra de samhälleliga strukturerna men strävar till medborgaraktivitet. Enligt Yhden vanhemman perheiden liitto (YVPL 2016, 1-3) borde det göras samhälleliga förändringar för att minska på de ensamstående föräldrarnas arbetslöshet. Det handlar bland annat om mer flexibel barndagvård, verksamhet för barnen efter skoldagen samt hemhjälp, mer sommarverksamhet för barnen, möjligheten till öppen dagvårdsverksamhet och förhöjt vårdnadsstöd till ensamstående som vill studera. Genom att deltagaren själv ser orsakerna och lösningarna till förändring som viktig, förändras synsättet på samhället som en statisk struktur till möjligheter till positiv förändring.

2.4.2 Känslor och brister

De ekonomiska svårigheterna handlar om ett kapital som i vissa fall går att åtgärda. Helminen (2006, 28) poängterar att det i de finländska familjerna finns tecken på ett sämre välmående överhuvudtaget fastän den största delen av familjerna mår bra. Brister på kulturellt, mentalt och socialt kapital är mer utmanande att åtgärda än den ekonomiska biten. Ensamstående föräldrar uppfattas uppleva känslor av ensamhet, utmattning, otillräcklighet och tidsbrist på grund av sin situation. Ensamstående pappor i Tuoviniens (2014, 138 & 143) forskning berättar att de vill se sin familjekonstellation som lika idealisk som kärnfamiljen, att det inte är något fel på den och att den fungerar som vilken familj som helst. Men de beskriver ändå känslor av ensamhet, saknad och önskan att kunna dela vardagen med någon som närvarande. Tuovinen anser att känslorna uppstår från samhällets ideal för det romantiska parförhållandet och kärnfamiljen. Känslor är dock individuella och kan bero på flera olika faktorer. En kvinna som har erfarenhet att vara ensamstående förälder till fyra barn skrev om olika negativa känslor, men samtidigt styrkan i att veta att även andra kämpar med samma sak:

”Det är inte berättelsen om mitt moderskap i sin helhet – inte på långt när, tack och lov! liksom det inte heller är hela sanningen om mig, mitt liv, mina barn eller min familj – men nog om den del som stavas utsatthet, rädsla och underläge (ensamhet också – för jag vet vad det är att ligga och bita sig i armen i mörkret, och låtsas att det är en annan människas hud). Jag vill berätta, för om inte jag gör det finns det en risk att ingen gör det. Trots att mina erfarenheter är allt annat än unika och att vi hela tiden blir fler och fler som släpar på samma berättelse.” (ref. Westergård & Wikström 2012, 164–165).

Enligt Alasalmi (2011, 94) känner ensamstående föräldrar ensamhet främst eftersom de inte har någon att dela vardagens små händelser med någon som förstår meningen i dem. I Westergårds och Wikströms bok fanns flera citat gällande temat i detta kapitel. Skribenterna hade upplevt känslor av att längta sig sjuk efter vuxensällskap eller att ha någon att tala med (ref. Westergård & Wikström 2012, 20 & 43) och hur ensamstående föräldrar antagligen känner sig mer otillräckliga än föräldrar i tvåföräldersfamiljer, fastän troligen alla föräldrar känner igen denna känsla ibland (ref. Westergård & Wikström 2012, 130 & 138).

För en arbetande ensamstående förälder kan organiseringen av barnens vård ibland orsaka stora svårigheter. Inte minst om barnet eller föräldern själv blir sjuk, att bli sjuk har beskrivits som nästintill katastrofalt för den ensamstående föräldern. För en del kan anskaffandet av barnskötare temporärt även orsaka märkbara ekonomiska utgifter. (Salmi & Lammi-Taskula 2004, 90 & 92). Samtidigt som arbete strukturerar vardagen och fungerar som en arena för sociala kontakter men tar även mycket tid, inte minst av omsorgstiden enligt Bak (2012, 82). Enligt Salmi & Lammi-Taskula (2004, 94) upplever en fjärdedel av de arbetande ensamstående föräldrarna antingen ofta eller hela tiden att de på grund av arbetet har mindre tid med sina barn än vad de själv skulle vilja. Kvalitetstiden minskar också på grund av att hushållet och uppfostran sköts av endast en person (Alasalmi 2011, 89). En tredjedel upplevde även att de inte har tillräckligt med tid att spendera tid till vänner och hobbyn samt att de har svårigheter att hitta tid för sig själva (Salmi & Lammi-Taskula 2004, 94).

2.4.3 Stigma

En kvinna som har erfarenhet av att vara ensamstående mamma till ett barn säger följande:

”Den stereotypa uppfattningen om ensamförsörjande kvinnor är förknippad med problem.” (ref. Westergård & Wikström 2012, 117).

Både Tuovinen (2014, 138 & 141) som gjort forskning kring ensamstående pappor och Krok (2009, 94 & 196) som gjort forskning gällande ensamstående mammor diskuterar stereotyper gällande ensamstående föräldrar och att dessa tydligt kom fram i intervjuerna. Den ideala bilden av familjen kom tydligt fram i forskningsdeltagarnas svar fastän de även spräckte stereotypa bilder av ensamstående föräldrar. Krok (94, 101 & 105) tog i sin forskning fram att de ensamstående mammorna som uppfattade kärnfamiljen som det normala och ideala kände sig mer ensamma än de som inte idealiserade kärnfamiljen. Dessa mammor hade oftast inte hade bott tillsammans med barnets biologiska pappa sedan barnet fötts och såg relationen till barnet som ensamhet. De saknade en man i hushållet att dela vardagen med. Den största delen av forskningsdeltagarna i Kroks (2009, 103 & 105) hade inte denna bild av det ensamma föräldraskapet. De upplevde relationen till barnet som moderskap och en parrelation var enligt dem inte en förutsättning för föräldraskap och ett gott liv. Dessa ersatte de med bland annat arbete eller andra sociala relationer. I dessa mammors bakgrund fanns ofta en negativ erfarenhet av kärnfamiljslivet.

De tidigare exemplen tydliggör hur den ensamma föräldern, i detta fall, ensamstående mammans tidigare upplevelser påverkar den egna uppfattningen och bilden av sig själv och sin situation som ensamstående förälder. Detta så kallade stigma kan även uppstå på grund av andras tankar om ensamstående föräldrar. Stigma är en social stämpling som ofta uppstår på grund av okunskap samt brist på adekvat information. Stigma associeras med känslor av skam, lidande och minskad självuppfattning hos den stigmatiserade. (HNS u.å.). Ett internt stigma, det vill säga självstämpling, uppstår då den stigmatiserade börjar uppleva sig själv som det samma som stigmat, inte sällan som annorlunda och mindre värd (Noppari 2006, 172). Stigmat kan ha märkbara effekter på den stigmatiserades välmående och funktionsförmåga i det dagliga livet. Enligt Noppari (2006, 187) kan stigma definieras som en stressfaktor. Skammen som stämpeln orsakar kan påverka hur snabbt en familj söker hjälp vid utmanande livssituationer eftersom den kan mötas på flera olika livsområden (HNS u.å.).

Det existerar en stereotyp bild av den ensamstående föräldern fastän den har blivit mindre stigmatiserande genom att begreppen blivit allt vanligare (Forssén et al. 2009, 11). Döttrar till ensamstående pappor har i Tuovinens (2014, 136) forskning berättat om sina erfarenheter av hur närstående samt främmande människor i deras omgivning reagerat negativt på deras familjekonstellation. Tuovinen beskriver det som ett bevis på hur lite samhället vet om enföräldersfamiljer samt de allmänna kulturella normerna och förväntningarna som en individ som lever i en enföräldersfamilj kan stöta på i en kultur som idealiserar kärnfamiljen. Även de ensamstående mammor som deltagit i Kroks (2009, 92) forskning hade upplevt

situationer då de skämts över sin situation, mött oförstående attityder samt känt rädsla för att känna dessa känslor. Rädslan ledde enligt Krok till en känsla av att inte vilja berätta om sin situation till någon utomstående.

Noppiari (2006, 187-188) menar att om familjen blir medveten om stämplingen och dess hot kan den bearbetas genom diskussion. Det är viktigt att familjen får realistisk, ärlig och tidsriktig information. För lite information och bristfällig handledning kan orsaka en otrygghetskänsla som kan leda till att familjemedlemmarna ser sin situation från en ensidig synvinkel och kan stämpla sig själva. Enligt Alasalmi (2011, 14 & 70) klarar sig den ensamstående föräldern om något ger hen styrka. En hoppfull och kärleksfull atmosfär är livsviktig för hela enföräldersfamiljen. Familjen i sig själv är en viktig resurs för att klara av utomståendes kommentarer och överhuvudtaget en jobbig vardag enligt Tuovinen (2014, 143). I CABLE-gruppen bör de professionella skapa en atmosfär som motverkar stigmatisering och främjar välmående. De negativa egenskaperna som associeras med stigmat skjuts då undan. Däremot förstärks de goda egenskaperna i en atmosfär där alla blir sedda, hörda och förstådda, en så kallad positiv haloeffekt enligt Noppiari (2006, 172).

2.4.4 Stärkande nätverk

Nätverket kring familjen har en viktig betydelse i enföräldersfamiljers vardag. I detta kapitel understryks nätverkets betydelse samt alternativa rollmodeller. Enligt Kroks (2009, 108) forskningsresultat gällande ensamstående mammor uppges oftast ensamstående föräldraskap inte som ensamhet, utan i själva verket som vänner och ett stödnätverk.

Nätverket kan bestå av vem som helst: familj, släktingar, vänner, grannar och arbetskompisar. Far- och morföräldrarna kan ha en viktig roll i enföräldersfamiljens nätverk. Ofta är far- eller morföräldrarna mer delaktiga i vården och det ekonomiska underhållet av barnen i enföräldersfamiljen än tvåföräldersfamiljen enligt Salmi & Lammi-Taskula (2004, 91). Hur mycket de stöder beror på distansen mellan familjen och far- eller morföräldrarna. Telefonkontakt till barnens far- eller morföräldrar har också upplevts som ett viktigt stöd. Likaså är andra släktingar, vänner och grannar viktiga resurser för enföräldersfamiljen, speciellt då barnen är små eller det händer något oväntat som till exempel att föräldern blir sjuk.

Jokinen (1996) och Katvala (2001) anser att mammans roll är en av de starkaste sociala rollerna som finns (enligt Tuovinen 2014, 134). Rollen förknippas med bland annat stabilitet och trygghet. Familjerelationer som fattas i enföräldersfamiljen kan ändå ersättas med andra

relationer. I Tuovinens (2014, 113) forskning om ensamt faderskap har döttrarna som växt upp utan mamma nämnt kvinnliga släktingar, speciellt mor- och farmödrar samt mostrar och fastrar som viktiga kvinnliga förebilder under barndomen. En kvinna som har erfarenhet av att vara ensamstående mamma till ett barn beskriver situationen från en ensamstående mammas perspektiv:

"Däremot fanns andra män. Mina två bröder och min pappa och i början av K:s dagstid också en manlig barnträdgårdslärare." (ref. Westergård & Wikström 2012, 114).

Familjen består alltså av ett bredare nätverk. Rintala-Koskinen (2001) jämför enligt Krok (2009, 107) vardags- och känslfamiljen i relation till hur olika sociala relationer kan ersätta biologiska familjerelationer. Vardagsfamiljen begränsas till dem som bor i samma hushåll där familjebanden oftast är biologiska och kännetecknas av vuxenhet versus barndom. Till skillnad från vardagsfamiljen består känslfamiljen av de personer som man har varma känslband till. Dessa känslband kan skapas till vilken närstående som helst men uppfylla samma roll.

Nätverket har inte endast en betydelse att uppfylla roller som mamma och pappa. Enligt Alasalmi (2011, 16) blir de ensamstående föräldrarna en egen grupp med egna problem som kärnfamiljen inte känner igen. Nätverket av andra ensamstående föräldrar kan upplevas viktigt eftersom de vet vad man går igenom. En kvinna som har erfarenhet av att vara singeltvåbarnsmamma beskriver känslan på följande sätt:

"De singelmammor jag har lärt känna vet det här, och det känns som ett osynligt men konkret samförstånd mellan oss. Ett "du vet", ett "dig täcks man be om hjälp"." (ref. Wikström & Westergård 2012, 20).

2.4.5 Föräldraskap

Det ensamma föräldraskapet tar sin början från olika utgångspunkter. Oftast handlar det dock om en separation mellan barnens föräldrar. Tuovinen (2014, 70) som har intervjuat ensamstående pappor och deras döttrar nämner att barnen vid en separation oftast blir hos den föräldern, som har ett större behov och en större vilja till att ha familj samt har mindre svårigheter i föräldraskapet. Oftast handlar arrangemanget dock om delad vårdnad över barnen. Men det är enligt Johansson (2012, 96-98) ändå oftast pappan som efter separationen

måste hitta en ny bostad och upprätta en ny form av sitt sociala liv. Det kan ta lång tid att bli van med sin nya identitet som deltidspappa. Under perioden kan känslor av sorg, saknad och längtan efter det som förlorats upplevas.

Tyvärr tappar dessa deltidspappor ibland kontakten med barnen, fastän föräldrarna har gemensam vårdnad. Johansson (2012, 94) som skrivit om deltidspappor nämner en amerikansk undersökning av Parker (1996) som tyder på att endast en femtedel av barnen har regelbunden kontakt med sin pappa. Situationen ser olika ut i olika länder och Kielty (2006) har enligt Johansson (2012, 96) bevisat att även andelen frånvarande mammor stadigt ökar och är på väg att bli ett allt vanligare fenomen. Ur kulturell synvinkel betraktas ändå mammor som lämnar familjen som ”dåliga mammor” medan pappor i samma situation upplevs bekräfta det befintliga kulturella mönstret enligt Johansson.

Oftung (2009) menar enligt Johansson (2012, 98) att många familjer dock lyckas ordna det delade föräldraskapet och växelvisa boendet på ett sätt där båda föräldrarna träffar barnen regelbundet. Föräldraskapet är en social process som föräldrarna följer och deltar i under en komplex utvecklingshistoria. I den dagliga och intima kontakten med barnet skapas föräldrarollen och föräldraskapet. (Johansson, 2012, 95 & 103). Föräldraskapet skiljer sig mycket från familj till familj och föräldrarollen upplevs vara viktigare ju mindre barnet är (Broberg & Tähtinen 2009, 157).

Relationen mellan föräldern och barnet har annorlunda utgångspunkter i enföräldersfamiljer än i familjer med två föräldrar eftersom den andra föräldern inte är närvarande. (Tuovinen 2014, 92). Relationen mellan den ensamstående föräldern och barnen är väldigt nära eftersom det inte finns en annan förälder som kan ta över föräldraskapet emellanåt. Föräldern måste fungera som båda föräldrarna till sina barn. (Salmi & Lammi-Taskula (2004, 96). Därför kan även det ensamma föräldraskapet kännas utmattande. Tuovinen (2014, 112) som forskat i ensamt faderskap nämner att det ensamma föräldraskapet ibland kan upplevas restriktivt och krävande ur föräldrarnas perspektiv på grund av att det inte finns en till förälder i hushållet. Men genom att se möjligheterna i föräldraskapet, kan det öppna upp nya dörrar till tillfredsställelse enligt Mykkänen och Huttunen (2008). En man som har erfarenhet av att ha delad vårdnad över sina två barn beskrev hur det delade föräldraskapet börjat fungera:

”Nu klarar barnen en vecka hos mig galant utan att ständigt vara fyllda av saknad efter sin mamma, de klarar en vecka med mamma

utan att gråta efter pappa.” (ref. Westergård & Wikström 2012, 156).

Att hitta rytmen i den nya situationen gällande ansvar i föräldraskapet, boende, omsorg och underhåll börjar sakta fungera, men det kan ta tid (Salmi & Lammi-Taskula 2004, 89). Det finns stora variationer i hur föräldrarna hanterar en separation och utarbetar nya samverkansformer efter en separation. Men om båda föräldrarna lyckas utveckla en bärande och fungerande relation till de gemensamma barnen, gynnar det deras hälsotillstånd. (Johansson 2012, 93 & 96). Föräldrarnas samarbets- och kommunikationsförmåga är viktiga komponenter för hela familjens välmående och en förutsättning för ett jämlikt deltagande i barnets vardag efter en separation (Broberg & Tähtinen 2009, 154 & Santala 2009, 151-152). Natalier & Hewitt (2010) har påvisat enligt Johansson (2012, 93) att pappor som lyckats behålla god kontakt med sina barn, även tar mer ansvar för försörjningen och betalar regelbundet underhåll till mammorna. I allmänhet, gällande både ensamstående mammor och pappor, är distansföräldrarnas aktiva deltagande i omvårdnaden både socialt, psykologiskt och ekonomiskt ett stort stöd för närföräldern. (Bronstein et al. 1994 enligt Broberg & Tähtinen 2009, 158).

Pappor som inte bor med barnet ger sig själva enligt Johansson (2012, 98-99) en marginaliserad bild och är mycket lite undersökta. Myndigheter, skola, daghem, sjukvård och andra instanser koncentrerar sig på den föräldern som barnet bor mer och är skriven hos. Den information som pappan får går oftast genom mamman. Informationen om barnet påverkas då mycket av föräldrarnas relation. En man som har erfarenhet av att ha delad vårdnad över sina två barn har sagt följande:

”Jag avskyr att män fortfarande väldigt ofta – och så gott som alltid i myndigheternas ögon – betraktas som sämre föräldrar.” (ref. Westergård & Wikström 2012, 154).

Johansson (2012, 92-93 & 98-99) säger dock att pappan inte behöver acceptera denna marginella position utan borde arbeta för att erövra plats. I dagens samhälle uppmärksammas separerade föräldrar allt mer för att förbättra bemötande och inkludera i många samhällsinstitutioner. Idag är jämställdhetsdiskussionen ett aktuellt ämne i samhället och pappornas ökade deltagande i bland annat omsorgen av barnen har förändrat hur man idag talar om faderskap. Diskussionen om så kallade *McDonald’s-pappor* och *söndagsföräldrar* har tonats ner samtidigt som familjer som består av en ensamstående mamma med barn inte

längre på samma sätt framläggs som saknaden av manliga förebilder. Det har vuxit fram en mer nyanserad bild av den moderna familjen utan desto större närvaro av en moralisk diskussion.

En överblick av ensamstående föräldrars resurser och utmaningar i vardagen har varit den första delen av den teoretiska referensramen. Överblicken är generell och baserar sig på tidigare forskning och litteratur. Varje familj och person är unik, därmed även deras resurser och utmaningar. Men som Tuovinen (2014, 136) kommit fram till när hon samlat in berättelser av ensamstående pappor och deras döttrar, har de så mycket gemensamt och beskriver en vardag som påminner om varandra. Den kunskap som fåtts i kapitlet ligger som grund i modellens byggstenar och ger en förståelse till varför en CABLE-grupp skulle kunna vara till nytta för ensamstående föräldrar. Genom förkunskapen om resurser och utmaningar har utgångspunkterna för utvecklingen av en modell av CABLE som har fokus på resurser och strävar till positiv individuell och gemenskaplig förändring skapats. Utgångspunkterna är ett perspektiv och tankesätt bakom beslut gällande modellen. Arbetsprocessen för hur modellen har utvecklats finns i kapitel fem. Examensarbetet fortsätter med en mer ingående inblick i CABLE som empowerment-inriktad arbetsmetod för ensamstående föräldrar.

3 CABLE, grupp och empowerment

3.1 CABLE

Detta kapitel beskriver CABLE i ett nötskal, dess bakgrund samt användning på det allmänna planet för dem som är obekanta med CABLE-metoden. CABLE:s rötter ligger i settlementrörelsen i England och USA, i Paolo Freires emancipatoriska pedagogik samt i befrielsesteologin i Latinamerika. Den är en sammansättning av dessa tankegångar om gemenskapsarbete med det ändamålet att hjälpa de utsatta människogrupperna i samhället, vilket i det långa loppet blev en vuxenpedagogisk CABLE-metod inom kyrkligt samhällsarbete i Nederländerna och i Britannien på 1990-talet. (Hdl, u.å.).

CABLE kom till Finland som ett resultat av samarbete mellan Diakonia Ammattikorkeakoulu och internationellt diakoninätverk i slutet av 1990-talet och i början av 2000-talet. Helsingfors Diakonissanstalt har handlett personal och klienter med hjälp av CABLE från år 2009 och utvecklat en egen version av CABLE som lämpar sig för sina egna behov, som kallas Kaapeli. (Hdl 2013). På senare tid har Helsingfors Diakonissanstalt startat att använda den som metod inom projekt för att hjälpa olika deltagargrupper, sina klienter

och utsatta människor, förutom i Finland även i Namibia, Botswana och Sydafrika (Hdl 2013). Helsingfors Diakonissanstalt ordnar regelbundet handledning i CABLE även för olika kundgrupper i tredje sektorns organisationer samt andra aktörer.

CABLE är en metod för gemenskapsarbete som har utvecklats i synnerhet för socialt arbete och diakoni, där den skapat rum för gemensam delaktighet och demokratiska verksamhetsformer (Valve 2015, 281). Utmärkande för CABLE ansatsen är, att den betonar utvecklandet av gemenskapsbaserade inlärningsprocesser och handlingsmodeller, vilkas syfte är att engagera individer och grupper i förändringsarbete i sitt liv (Addy 2013, 60). CABLE anses vara en pedagogisk och empowerment-orienterad process, som sker genom att man, utgående från sin egen livshistoria, undersöker och analyserar sin närmiljö och samhället i stort. Målet är att bli aktiv i arbets- och boendemiljön. (Siirto 2015, 301).

CABLE var först ett sätt att utbilda personer som arbetar inom den sociala sektorn, genom att lära dem förstå världen bättre ur de marginaliserades perspektiv (Hdl u.å.). Det centrala begreppet i CABLE är ”exposure”, som betyder observation. Exposure, som ett arbetssätt för de professionella, tar fasta på att man utsätter sig för utsatthet bland människor som hör till marginaliserade, sårbara och utslagna grupper i samhället. (Valve 2005, 169). Namnet ”exposure” används även då man hänvisar till hela den process som betecknas som CABLE. Enligt Siirto (2015, 302) är dessa två metodbenämningar identiska i praktiken.

Observationer (exposure) i en främmande omgivning omkring en utgör kärnan i hela CABLE processen och kopplar samman självbiografiskt arbete och självförståelse. Väsentligt är att man är närvarande utan att låta några som helst professionella eller socialvetenskapliga tolkningar störa ens observationer. (Valve 2013, 184). Man fokuserar på att bli medveten om vad som händer i en personlig förbindelse med den andra. Detta handlingssätt utan tolkningar kallas för tomrum eller tomstund. Genom exposure lär deltagaren att bli mottagen i den andras livsvärld, i den andras verklighet. Därigenom uppstår växelverkan. (Ijzerman 2013, 85, 87).

Det finns vissa närbesläktade metoder till CABLE. Deltagande aktionsforskning har gemensamma drag med CABLE (Addy 2013, 74). I annan litteratur talas det om social aktionsforskning, som har likadana utgångspunkter och målsättningar som CABLE har (Mullender et al. 2013). Inom den så kallade aktionsinriktade etnografin observerar forskaren och försöker samtidigt direkt påverka de utsattas levnadssituation, och deltar i själva förändringsprocessen (Björklund et al. 2010, 54–55). Valve (2005, 172–173) hävdar

att eftersom det är observatören vid sidan om dennes observationer som lyfts upp i fokus, kan det vid CABLE också talas om etnobiografi.

Det finns liten vetenskaplig kunskap om CABLE processer utförda bland klienter eller invånare, men gott om forskning och rapporter om CABLE handledning av professionella och anställda. Helsingfors Diakonissanstalt var först ute att tillämpa CABLE orientering på arbete bland invånare och klienter. Jämförbara tillämpningar kan hittas i projekt av aktivt medborgarskap, som har genomförts utomlands, exempelvis i Storbritannien. (Siirto, 2015, 302). Helsingfors Diakonissanstalt har använt CABLE-metoden bland förortsbor och långtidsarbetslösa i syfte att aktivera och förstärka dem, via olika projekt så som exempelvis "Roottori" (Siirto 2013, 201).

CABLE-process och gemenskapsbaserad handledning är alltid bunden till tid, plats och situation. Den är varken förhandsplanerad eller "förpackad" inlärning och således inte överförbar som sådan. Det specifika innehållet, ansatsen och stegen skall alltid utarbetas i kontext av den livs- och arbetsmiljö som man befinner sig i. Oavsett kontext ses CABLE modellen som ett rum för gemensam inlärning och förstärkande av samhörighet. (Valve 2015, 282 & 2013, 184).

Den slutsatsen kan dras, att även om CABLE inte är överförbar, är den tillämpbar på olika förhållanden, där den kan utvecklas situations anpassat till en sådan metodologisk ansats som är ändamålsenlig för rådande plats, tid och människogrupp. En CABLE-modell avsedd för att stärka ensamstående föräldrar som deltagargrupp utvecklas och byggs upp i detta examensarbete. Modellen diskuteras i detaljer utgående från teori och empiri i kapitel fem. I det följande kapitlet diskuteras på djupet den teoretiska utgångspunkten från vilken det har valts att studera CABLE metoden och modell bygget i detta examensarbete.

3.2 Teoretiska perspektiv på CABLE som metod

På grund av att CABLE bygger på processartad inlärning genom gemenskap hos individer och grupper har vi valt att avgränsa att studera fenomenet empowerment via CABLE bland ensamstående föräldrar med stöd av pedagogiska teorier och teorier på gemenskaper. Fokus på inlärning och det pedagogiska perspektivet stöder det fasvisa modellbyggandet och är en ändamålsenlig utgångspunkt för denna studie.

Examensarbetet stödjer sig på i synnerhet på konstruktivismen och konstruktivistiskt lärande, vilket ses som en aktiv process på uppbyggandet av kunskap.

Den centrala tanken bakom konstruktivismen är att den som lär sig bygger upp eller konstruerar kunskapen på nytt själv. Det är den studerandes egna tidigare kunskap, uppfattningar och erfarenheter om ämnet som bestämmer till stor del vad hen iakttar och hur hen tolkar saken. Lärandet har att göra med handling, det är funktionellt. Väsentligt är att hos den som lär sig uppstår det egna personliga frågor kring ämnet, egna försök, egen problemlösning och förståelse. Lärandet blir resultatet av den egna handlingen. Lärandet är situations anpassat, kontextuellt och resultat av växelverkan. Självstyrning, identitetens tillväxt och självreflekterande färdigheter är möjliga och lärs i processen. Subjektiva erfarenheter förvandlas till objektiv kunskap genom socialt samspel och ömsesidig samverkan mellan studeranden. (JAMK u.å.).

Enligt Valve är CABLE en metod att producera kunskap (Valve 2011, 6) och det kooperativa lärandesättet syftar till att utveckla gemensam kunskap (Valve 2013, 1). Björklund et al. (2010, 30) anser, att exposure utnyttjas för att påverka den kunskap vi har.

Vad har kunskapen som produceras via CABLE som syfte för ensamstående föräldrar? Enligt Alvesson (2009, 22) har Habermas (1976) definierat olika kunskapsintressen beroende på det syfte som man har som utgångspunkt för kunskapsutveckling. Kunskapsbildning kan enligt Habermas indelas i tre grundläggande intressen, på vilka kunskapssökande projekt byggs. Dessa är det tekniska kunskapsintresset, det praktisk-hermeneutiska intresset och det emancipatoriska intresset. CABLE-metodiken syftar till att producera kunskap om den mänskliga tillvaron bland gruppdeltagare, i vårt fall om ensamstående föräldrars situation och utmaningar, och är enligt Habermas definition praktisk-hermeneutisk till naturen. Dels syftar CABLE även till att frigöra människor från undertryckande krafter, både interna och externa, som utgör hinder för dem att bestämma och handla för sig själva. I denna studie är det empowerment-inriktningen i CABLE som möjliggör ensamstående föräldrar att hitta en utväg från marginalisering och utsatthet, vilket gör att kunskapsmotivet är således även emancipatoriskt, med andra ord, frigörande.

Paolo Freire (2005, 85-93 & 95-102) betonade dialogisk reflektion, som utgör en av hörnstenarna i CABLE-metodiken. Denna dialogiska reflektion bygger på att varje deltagare är både lärare och elever i sina förhållanden. Ensamstående föräldrar, som har tvingats till marginalen i samhället, ges via CABLE tillfälle till kritiskt tänkande, som är en förutsättning för att ny kunskap kan uppstå. I modellen kommer ensamstående föräldrar att engagera sig i dialog med andra i likvärdiga förhållanden för att skapa ny kunskap i gemenskap. Dialog möjliggör, att ensamstående föräldrar kan bekanta sig med de andras tänkande, dela med sig

av sina erfarenheter och blir medvetna om de andras verkligheter så att den som lär ut även lär sig och den som lär sig även lär ut. Gemensamma ärenden hos ensamstående föräldrar problematiseras genom att man ställer frågor och ifrågasätter det som man redan vet från förut. Detta utgör kärnan i ny kunskap som uppstår i denna CABLE-gemenskap.

Vad är tanken bakom att en grupp av ensamstående föräldrar får något konkret till stånd som främjar sin egen situation? Enligt Freires (2005, 95-102) resonemang uppnår gruppdeltagarna sin högsta mänsklighet endast i den dialogiska växelverkan med andra människor. Men dialog är inte enbart diskussion, utan den sammanflätar tänkande och handling, teori och praxis. Man ställer frågorna: varför, vart och hur, som ledstjärnor. Den gemensamma medvetandeprocessen som följs är ett villkor för att ändra på den rådande situationen för ensamstående föräldrar, men är inte tillräcklig utan strukturella förändringar. Ryynänen (2016, 43) hävdar, att i Freires spår bör man komma ihåg, att ojämlikhet inte är ett naturligt tillstånd: man skall bli arg när man bemöter orättvisa och ilskan bör leda till konkreta, gemensamma gärningar.

Vid CABLE som empowerment-metod för ensamstående föräldrar står föräldern i centrum och målet för deltagarna i CABLE processen är att "hitta sig själva", sina undagömda styrkor och kraftresurser genom gruppssamverkan. Genom att människan blir ett reellt subjekt i att utforma sitt liv, i motsats till att förbli utsatt, ett offer eller objekt, uppnås personlig empowerment. För att detta skall ske, skall de ensamstående föräldrarna hjälpas till att återbygga sig och bli aktörer istället för åskådare. Denna förvandling förutsätter att livet, omgivningen och samhället med sina strukturer och maktförhållanden betraktas utgående från ensamstående föräldrars ögon och från deras subjektiva perspektiv (deltagarperspektivet), vilket är ett paradigmskifte jämfört med tidigare, då livet och dess utmaningar, problem och behov bedömdes ur de professionellas synvinkel. Vad innebär detta i praktiken?

Detta innebär att vid CABLE bygger paradigmet inte längre på det professionella sättet att se på världen, utan paradigmet syftar till att observera och förstå världen sådan som den är sedd ur den marginaliserades synvinkel, i denna studie ur ensamstående föräldrars synvinkel. Genom att den professionella blir medveten om och bearbetar sina fördomar, attityder, värderingar (och okunnighet) ökar självkännedomens samtidigt med insikten och förståelsen för de människor som man samarbetar med, och deras vardagsverklighet. (Björklund et al. 2010, 12). Detta möjliggör att den professionella bättre kan hjälpa de andra deltagarna att

ta initiativ och ansvar för att återställa sin värdighet och strävan efter mer humana och rättvisa livsförhållanden.

Inom CABLE-ansatsen bildas kunskap genom en pedagogisk process som sker i grupp. Kollektivt utforskande och lärande spelar alltså en avgörande roll, varigenom man skapar nytt innebörd, individuellt och i interaktion med andra.Handledning baserar sig på deltagares sätt att iakttä och se på världen och deras tolkning av den. Inläring tillsammans tar fasta på social-kognitivt lärande, som betonar personlig inläring genom kamrattstöd. (Valve 2013, 177).

Vad är det för ny kunskap som man ämnar producera genom CABLE-modellen, som utvecklas i denna studie, bland ensamstående föräldrar? Det är kunskap som deltagarna i gruppen för ensamstående föräldrar producerar om sig själva och de andra, kunskap och medvetande om egna värderingar och det egna förflutna, sina dolda resurser, kontaktytor och gemenskap, koppling till samhället och dess strukturer, bland annat till maktförhållanden, eller brister där av.

I detta arbete utvecklas en modell för ensamstående föräldrar, som med hjälp av CABLE-metoden i interaktion med andra som har likadana erfarenheter, har möjlighet till lärande genom observation och reflektion över sina livsförhållanden. Syftet med CABLE-modellen för ensamstående föräldrar är förutom att hitta sina styrkor också bygga upp sådana verktyg som kan användas till konkreta handlingar för empowerment av sitt liv, det vill säga, till att överta makten på sitt liv. Denna teori utgör basen för modellbygget vad gäller paradigm, processens ramar och tillvägagångssätt vilka diskuteras som en del av modellen i kapitel fem.

3.3 CABLE-grupp, -element och -process

I detta kapitel diskuteras vad som är kännetecknande för en CABLE grupp, den interaktiva inläringens roll, makten, handledarens roll och betydelse, gruppaktiviteter, teman som behandlas i gruppen samt CABLE processens utvecklingsfaser med centrala element såsom självbiografi, exposure, aktion och utvärdering.

3.3.1 CABLE-grupp som medel för inläring och förändring

Ett flertal studier bevisar på ett övertygande sätt att grupptillhörigheten har en stor betydelse för att fatta beslut och förverkliga omfattande förändringar i tillvaron. Det påstås vidare, att

det är fördelaktigt att ordna grupper med deltagare med liknande öden i syfte att stödja varandra att hantera konstruktivt med sin livssituation. Vid förändringar som är socialt förankrade det centrala vid beslutsfattandet som berör en själv är att man hör till en grupp i vilken förändringarna uppskattas positivt och gruppmedlemmarna stöder varandra i att uthärda belastningar och få bukt med motstånd. Grupptillhörigheten formar en del av självbilden. Gruppen framstår även som ett betydande instrument för den enskilda individens inläring, i synnerhet om en accepterande och inspirerande atmosfär kan skapas samtidigt som lärandet kan kopplas till var och ens personliga upplevelser och till en idérisk och spänningsfull växling i gemenskapen. (Olsson & Martin, 2012, 27-29). Dessa förutsättningar och kännetecken kan anses vara av stor betydelse speciellt för grupper av ensamstående föräldrar, som ofta kämpar ensamma och isolerade för sina familjers rättigheter och för en rimlig existens.

Målet med CABLE är individuell förändring och kollektiv (samhällelig) omvandling (Addy, 2013, 60). CABLE-processen består av ett stegvist arbete, där gruppen spelar en avgörande roll. Det talas om gruppen som ett rum för gemensam inläring och på det hela taget är det grupprocessen, som utgör rummet för inläring. Parallellt vid gruppinläring sker varje deltagares egen inlärningsprocess och observationer av verkligheten. Det är en kreativ process, som genomförs med hjälp av en intuitiv uppläggning, där man som bäst kan tala om empowerment-inspirerat arbete. Centralt i processen är att hitta var och ens styrka och kreativitet, det vill säga att bli synlig med sina värderingar, utgångspunkter och arbetssätt. (Valve, 2005, 172). Inom en CABLE-grupp byggs varje medlems position upp genom en gemensam anknytning. Medlemmen "för till gruppen sin egen person", och den ömsesidiga processen möjliggör både synliggörandet av olika nivåer hos individen och bearbetningen av olikheter och likheter inom gruppen. Gruppinläringens centrala upptäckt har varit bemötandet av främlingskapet i sig själv och i andra gruppdeltagare. (Valve, 2005, 173). Främlingskapet kan beskrivas genom skakning. Addy talar om skakning menande att lösryckta och marginaliserade människor är "skakade" i förhållande till den dominanta systemvärldens värderingar och praktiska tillvägagångssätt till följd av sina erfarenheter av utsatthet och brist på uppskattning. (Addy 2013, s.67). Betydelsefullt inom CABLE-processen är bearbetningen av olika nivåer av individens identitet och upparbetningen av erfarenhet av marginalisering och olika vändpunkter kopplade till individens biografi.

Kännetecknande för CABLE-grupper är enligt Addy (2013, 195) så kallad dubbel inläring. Detta kan tolkas bland annat så, att både handledare och övriga deltagare lär sig i samverkan med varandra och från varandra i båda riktningarna och om sig själva, vilket leder till varje

deltagares förändring. Inläringen i en CABLE-grupp är djupgående och sker samtidigt på olika nivåer. Den egna inlärningsprocessen sker på nivåer av kunskap, erfarenhet och insikter/färdigheter, men även på nivåer av tillit, värderingar, person och andlighet. (Valve 2005, 174).

Mullender et al. (2013, 16-17) lyfter fram tre särskilda element inom empowerment-inriktningen med tanke på både självstyrda och sociala aktionsorienterade grupper, vart gruppen för ensamstående föräldrar hör. Vid sidan om dialog är dessa problematisering och samvetsgrannhet. För ensamstående föräldrar är problematisering ett kritiskt element, vilket avser ställandet av frågor kring en situation, som kräver handling eller förvandling. Frågan ”varför” är speciellt kritisk. Detta på grund av att ”varför” möjliggör en att bryta ut ur den demoraliserande och trångsynta spiral av introspektion och självskuld, som uppstår på grund av fattigdom, brist på möjlighet och utsatthet, som många enföräldersfamiljer lever i. ”Varför” styr ljuset bort ifrån att se människan, den ensamstående föräldern, som ett problem till utmaningar som hen bemöter och fokuserar på möjligheterna som leder till aktion och förändring. Samvetsgrannheten är en bestående kritisk inställning till verkligheten med syftet att avslöja de myter som bedrar oss och bidrar till att upprätthålla förtryckande och avhumaniserande, diskriminerande eller orättvisa strukturer i samhället. Samvetsgrannhet innefattar både aktion och reflektion, den är samtidigt en produkt och en process av den problemställande dialogen.

Vid planering av en CABLE-grupp är det viktigt för handledaren att uppfatta, vilka de är som utgör gruppen, som hen skall handleda. Handledaren skall ta reda på hurdana förväntningar och målsättningar gruppen har. (Hdl 2013). Handledaren bör tycka om att arbeta med olika människor utan att dirigera eller leda. Hen möjliggör deltagarna att fatta beslut för sig själva och förbinda sig till det som åtföljs av processen. Handledarens förnämsta bidrag till gruppen består av att vara en facilitator istället för en ledare i traditionell mening, vilket har helt annorlunda maktinnebörd. Makten är aldrig värdefri eller värdenneutral, utan enligt definitionen värdeladdad. Handledarskapet härstammar från explicita eller implicita avsikter och målsättningar, och är inte endast en teknisk övning i ledandet. Empowerment grundar sig på frågan, vem det är som bestämmer över dessa avsikter och målsättningar och överlämnar makten över beslutsfattandet till gruppdeltagare. (Mullender et al. 2013, 59-60). För att gruppen blir självbestämmande och självstyrd är det nödvändigt att facilitatorerna skapar en slapp och informell miljö där deltagarna känner sig bekväma, trygga och säkra, men samtidigt är villiga att delta i arbetet så mycket som möjligt, utan otillbörlig kontroll (Mullender et al. 2013, 121). Handledaren använder en

sammansättning av olika metoder för att förstärka medvetenhet och samhörighet i deltagargruppen. Gruppdeltagare bearbetar sin egen livsberättelse, observerar fenomenologiskt sin omgivning och deltar i gemensamma diskussioner på ett hermeneutiskt sätt med ändamålet att utvidga var och ens medvetenhet om sig själv och sin miljö, samtidigt som man lär sig att analysera de samhällsprocesser som berör människors vardag. Självreflektion, grupparbete, observation, analys och reflektion används tillsammans samt olika kreativa metoder som stöd för reflektion och analys. (Siirto, 2013, 6). Handledningsmetoder främjar deltagarcentrerade processer, och omfattar övningar i grupp, parvist arbete, olika projekt och sporrande av personligt engagemang i föruppgifter och andra uppgifter (Valve 2013, 177).

I syfte att bygga upp handledarkompetenser har man vid Helsingfors Diakonissanstalt ordnat grupphandledningstillfällen, i vilka man reflekterar över bl.a. identitetens komplexa dimensioner och olika former av marginalisering, utsatthet och främlingskap, dvs. annanhetens manifestationer jämsides med de mekanismer som skapar olikhet. Frågeställningarna fokuserar kring saker som vi inte ser i vår omgivning eller vad vi inte vill se. (Valve 2005, 170).

3.3.2 CABLE som process och dess effekter

Hur ser CABLE-processen ut, vad är utmärkande för de olika faserna i processen, och vad har det för innehåll diskuteras i det följande. Vilka effekter på individ, grupp och samhälle har CABLE haft i olika sammanhang? är en fråga som besvaras i slutet av detta kapitel.

I litteratur om CABLE förekommer processen ofta med fyra, fem eller sex faser, fastän innehållet i processen är detsamma. Enligt Valve har processen sex faser: förberedelsefasen och fem egentliga processfaser, vilka är självbiografi, observationer, social analys, handling och utvärdering (Valve 2013, 180). Den första fasen utgörs av förhandsuppgift och självbiografiskt arbete. Det handlar om en introduktion till handledning, vad den innehåller och vilka målsättningarna är. Den tar fasta på att bekanta sig med andra deltagare och gruppbildningen. (Hdl 2 u.å.)

Mullender et al. (2013, 48-49 & 65) betonar, att inget grupparbete varken är värderingsfritt eller värderingsneutralt, varför det är viktigt att upptäcka och definiera centrala värden eller principer som styr gruppens arbete genast i början av processen. Empowerment-principer, som vi tagit med som en utgångspunkt i vår modells uppbyggnad och som utgör en del av

introduktionen till CABLE-processen, beskrivs kort i grundfasen i stycke 5.2.2. av modellbygget.

Vid gruppens genomförande skall det ses till att deltagarna kommer att känna sig avspända genom att till exempel dryck och mat erbjuds vid träffen. Deltagarna skall ha ett avslappnat tillfälle att berätta om sig själva och sina liv, och efter gruppen kunna gå hem med en känsla av mening och möjlighet till personligt förändringsarbete. Kommande träffar skall diskuteras och avtalas tillsammans i enlighet med empowerment tänkande. (Mullender et al. 2013, 67). Där ingår möjligheten att sätta upp egna mål för gruppen (Mullender et al. 2013, 69) samt tidpunkter, frekvensen och totala antalet träffar (Mullender et al. 2013, 84), bland andra saker.

Bearbetning av självbiografin har som syfte att öka medvetenhet om sociala relationer i olika livsskeden, samt faktorer kring egen livsstil, socioekonomisk ställning och val. Därutöver lyfts fram värden samt val och traditioner i koppling till dessa. (Siirto 2013, 20). Övningarna i denna fas strävar efter att svara på frågorna: Vem är jag, vem är vi, varifrån kommer jag, vad är jag bra på, vilka värden bär upp mig, vad har överraskat mig mest i min egen berättelse? Syftet med frågorna är att leda deltagarna att se och reflektera över sig själva, sina värden och resurser, vilka utgör grunden för positiva förändringar. Under denna fas identifierar och upptäcker deltagarna sina egna färdigheter och gör dem synliga. (Hdl 2 u.å. & Valve 2005, 176).

Den andra fasen består av exposure, eller med andra ord, observationer. Man börjar med att reflektera över vilka gemenskaper som deltagarna hör till. Egen identitet belyses genom generationsarbete och "värde-träd". Sedan följer själva observationsfasen. Var och en iakttar sin omgivning, som är ett utvalt och avgränsat (eventuellt ett "främmande") område eller en plats, på ett upplevelsemässigt sätt. Hur känns den omringande verkligheten? Var placerar jag mig själv i denna verklighet? Vad ser, hör, luktar, smakar jag här, och vad känner och tänker jag om detta? Syftet med denna fas är att ha åtkomst till den tysta kunskapen och de svaga signalerna, som vi kan avläsa i vår omgivning genom observation och tillvaro. (Valve 2005, 177). Hurdan påverkan har samhället på problem i vardagen? Samhället iakttas med nya ögon. Vad finns det för hinder och möjligheter för var och ens välmående? Erfarenheterna från observationerna skrivs ner, delges och bearbetas i gruppen.

Observationens strukturella analys kan bestå av områdets eller gemenskapens politiska spänningar och maktstrukturer och hur de styr människors liv i vardag. Vems synpunkter

har tagits till hänsyn och vilka människogrupperns frågor har utelämnats vid beslutsfattandet? En annan dimension berör så kallade kulturella element och följande frågor kan ställas: vilka kulturella element kan identifieras? hur syns olika människogrupperns livsstil i omgivningen? märks de olika befolkningsgruppernas, bland annat de etniska och sexuella minoriteternas livsstil i omgivningen? Med kultur menas den enskildas och gemenskapens sätt att leva och uttrycka sitt levnadssätt. En tredje dimension som man betraktar är uppbyggandet av människors sociala relationer. Vad sysslar människorna med och var bemöter de varandra i städerna och kring vilka saker? (Valve 2005, 171)

Den tredje fasen kallas social analys eller distansering, under vilken deltagarna blir medvetna om det som iakttagits i föregående fas. Ny kunskap bildas. Här utnyttjas metoder såsom collage, drama, dikter, foton, inlärningscafé med mera. Det väsentliga är att deltagarna reflekterar över sin egen bakgrund och livsberättelse. På detta sätt kopplas den personliga narrativen till den sociala analysen och handlingen, vilket kommer att resultera i ny kunskap. (Valve 2013, 180). I denna fas förbereder gruppen sig för att gå till handling. Följande frågor utforskas: Vilka problem skall gruppen tackla? Varför finns dessa problem till? Hur kan vi få till stånd ändring? Tanken bakom det kommande projektet skärps upp genom att deltagarna rör sig genom utforskande och förståelse mot handling. (Mullender et al. 2013, 95). Den praktiska planeringen betyder att man ställer allt mer detaljerade frågor, såsom: vem är det som vinner på att situationen förblir oförändrad? vem förlorar på det hela? på vilka sätt? Det mest centrala av frågorna lyder dock: vem har makten? (Mullender et al. 2013, 112-113). Hope and Timmel har beskrivit denna process som en ihållande cirkel mellan kunskap, aktion och reflektion (Mullender et al. 2013, 112)

Den fjärde fasen består av handling och ger svar på frågan: vad kan vi själv göra för att tackla vardagliga problem? Förslag på konkreta handlingar kommer upp då deltagarna tillsammans funderar över sina möjligheter. Förverkligandet sker genom verkstäder. Deltagare bestämmer själva över vilka målsättningar de vill ha och varför. Därefter läggs projektet upp, man kommer överens om tidtabeller, ansvarsområden och en eventuell budget. Målet med verkstäder är att ta fasta på att gestalta egna handlingsmöjligheter och startandet av samarbete. Handling kan omfatta vad som helst som främjar det goda livet och livets förlopp. (Hdl 2 u.å.).

Utvärdering och återkoppling är den sista fasen i processen och fokuserar på förändring: vilken positiv förändring har åstadkommit och hur? Metodmässigt utnyttjar man uppföljning och utvärdering av tidigare utförda projekt. Följande frågor bidrar till

utvärderingen: Vad fick vi till stånd? Vad skulle vi ha gjort annorlunda? Hur skall vi fortsätta att samarbeta? Målsättningen med denna fas är att uppnå empowerment kring hur deltagarna själva anser sig kunna påverka sitt liv och sin vardag. Resultatet är en positiv uppfattning om sig själv som en aktör eller initiativtagare till förändring. (Hdl 2 u.å.).

Samma frågor som utgör grunden för empowerment-arbete utformar ramverket för utvärdering: vilka är de angelägenheter och problem som gruppmedlemmarna för närvarande möter? varför finns dessa problem? hur kan handledare ge deltagare kraft att åstadkomma förändring? Dessa frågor skall återigen styras utgående från empowerment principer. (Mullender et al, 2013, 148-149).

Utvärdering av projektutförande skall göras av alla involverade medlemmar tillsammans. Både gruppmedlemmar och handledare skall lära sig att utveckla utvärderingskunnskap för att de kan ge feedback åt sig själva och åt andras arbete och bli mer effektiva som följd. Utvärdering hjälper gruppen att överväga, om tillvägagångssättet har varit effektivt eller inte, och vad har bidragit till utförandet. Har gruppen genomförts så att den har skapat ordentligt samarbete mellan alla medlemmar? Det är viktigt att utvärdering betonas redan i början av grupprocessen för att det skulle bli en effektiv del i den och för att den inte skulle anses vara enbart ett element av gruppens slutskede, såsom det gäller ett vanligt grupparbete. (Mullender et al, 2013, 153).

CABLE-grupper har olika typer av effekter utgående från vem det är som utvärderar resultat. Resursförstärkning och ökad egenmakt har rapporterats som viktiga effekter för deltagare. Till exempel i ett bostadsprojekt vid namnet Roottori har konstaterats att tack vare gemenskapsmetoden har bostadsområdets sociala välmående, trivsel och säkerhet förbättrats. Invånarnas gemenskapsansvar har ökat och det har utvecklats nya verksamhetsformer, ömsesidigt stöd och kamratstöd på bostadsområdet. Spänningar av social och etnisk olikhet har lindrats. De som är i behov av serviceformer hittar och lär sig att använda dem samt utvecklar dem i samverkan med myndigheter och andra aktörer. (Hakkarainen & Kylmäla 2015)

Delaktighet utgör ofta en av CABLE effekter. Hur vet man i praktiken och på det allmänna planet, att delaktigheten hos en människa eller en grupp har tilltagits? Enligt Isola (2016) börjar man planera för framtiden, provar på nya saker, får en upplevelse av framgång eller får positiv feedback, känner sig vara nödvändig och betydelsefull eller behövas av andra,

känner att sin handlingsfrihet har ökat samt att man blir mer involverad med hänsyn till pengar, gemensamma ärenden och hobbyn.

CABLE är ett verktyg att bygga upp gemenskaper, där människor mår bättre. Cable stärker förtroendet inom en gemenskap och ökar socialt kapital (Hdl 2013). Begreppen gemenskap och socialt kapital används ofta parallellt. Allmänt anses gemenskapen utgöra basen för socialt kapital. Med socialt kapital avser man inre förtroende inom en grupp eller en gemenskap, samhörighetskänslan, ömsesidigt stöd samt delade värden och normer och social kontroll. (Roivainen et al. 2016, 80). CABLE ger alla gemenskapens medlemmar, klienten, den anställda, den anhöriga, erfarenhetsexperten och den frivilliga rätten och möjligheten att bli aktiva inom ramen för sina färdigheter och resurser tillsammans med andra.

CABLE är ett verktyg för medborgaraktivitet. CABLE blir framgångsrik där människors aktörskap är hotad. Människor som befinner sig i svåra förhållanden får genom CABLE en upplevelse att de kan påverka sitt eget liv. CABLE inger egenmakt åt klienter av socialservice. CABLE bygger upp samarbete så att människorna kan styra sitt liv och utmana maktstrukturer. (Hdl 2013).

CABLE-tänkande och -handlande bygger på ett holistiskt synsätt, det vill säga, människan ses som en helhet, som en person. CABLE handlar om en flerdimensionell inlärnings- och arbetsmetod, som avser att inge empowerment, delaktighet och egenmakt, och som kan tillämpas på olika människogrupper. I denna studie byggs en modell för ensamstående föräldrar, som är en utsatt grupp i vårt samhälle. Genom en process med sex faser blir deltagarna medvetna om sina styrkor och resurser, som de kan ta i bruk i syfte att frigöra sig från sin nedtryckta ställning och ta initiativ för att bygga upp sitt liv och knyta kontakter till andra och samhället i stort. Genom CABLE arbetar deltagarna med sin identitet, men CABLE anses inte vara en terapiform, fastän den har inslag från grupphandledning och –processer och betonar medvetandegörande och självkänedom. CABLE har även särdrag av till exempel narrativ metod genom självbiografiskt arbete. I CABLE ingår element av kamratstöd eller referensstöd beroende på grupp, men syftet är mångsidigare och djupare än det både individuellt och gruppvis. CABLE är en pedagogisk förändringsprocess som syftar på empowerment av både individer och gemenskaper på ett djupgående sätt, samt att åstadkomma samhällsförändringar, till förmån av de marginaliserade, vilket i denna studie avser ensamstående föräldrar och deras barn.

3.4 Empowerment

I kapitlet definieras betydelsen av empowermentinriktat arbete, betydelsen av gemenskap och delaktighet samt meningen med att kartlägga värderingar för att kunna uppleva känslan av sammanhang och mening i livet. Målet med empowermentinriktat arbete är vägen mot positiv förändring. I CABLE-modellen för ensamstående föräldrar är de alla viktiga aspekt.

3.4.1 Definition

Empowerment, förändring och lärande är tre begrepp som hör ihop. Lärandet är en kontinuerlig process som är viktig för människan under hela livet. Empowerment är en viktig del i förändringsprocessen då människan hittat egna resurser och kapaciteter för att lösa problem och skapa förändring utan professionell hjälp. (Moula 2009, 102). Empowerment betyder egenmakt och ”hjälp till självhjälp”, men det finns ingen entydig motsvarighet till ordet på svenska.

I vardagsspråk syftar begreppet empowerment lätt till enbart personliga styrkor och resurser, men det handlar i stor grad även om att bekämpa orättvisa och förtryck. Därför är det inte möjligt att följa färdiga strategier gällande empowermentarbetet. Det kräver alltid att människan själv blir hörd och att bli medveten om de verkliga önskemålen och behoven. (Mullender et al. 2013, 24). Empowerment har i grunden en politisk anknytning och det används i olika sammanhang. Det har utvecklats till att omfatta fundamentala rättigheter såsom medborgarskap, demokratiska och sociala rättigheter. Empowerment handlar om inflytande, delaktighet och självbestämmande. (Gullacksen 2016, 27).

Enligt Institutet för hälsa och välfärd betyder socialt empowermentarbete att öka individens kritiska medvetande och förmåga att inse vad det är som förorsakar förtryck och ojämlikhet. På samhällsnivå används konkreta metoder för att bekämpa orättvisa. (THL 2, 2018). Det som sker på samhällsnivå är oftast styrt av politiska ideologier och värderingar. Då är ekonomi och effektivitet viktiga grundsatser. Det talas om aktivt medborgarskap och valfrihet inom social- och hälsovård, men trots att det talas om empowerment har det egentligen inte mycket att göra med egenmakt. (Mullender et al. 2013, 21).

Enligt Lee (2001, 33–34) finns det tre olika dimensioner av empowerment. Den första dimensionen beskrivs som utvecklingen av en mer positiv och stark känsla om sig själv. Den andra dimensionen är uppbyggnad av kunskap och kritisk förståelse för realiteter i den egna livsmiljön. Den tredje dimensionen handlar om funktionell kompetens och strategier för att

förverkliga personliga och kollektiva mål. Enligt Valve (2011, 8) kan en CABLE-grupp stödja alla dessa tre dimensioner och få en människa att kunna ändra de svåraste livserfarenheterna till styrkor och verktyg för fortsatta val i livet.

3.4.2 Gemenskap och delaktighet

Upplevelsen att höra till en gemenskap är viktig för människan. Många hör till en positiv och förstärkande gemenskap, men andra lockas till gemenskaper som har att göra med kriminalitet och missbruk. En sådan gemenskap är en belastning då människan försöker hitta en ny riktning i livet. Att hitta en gemenskap som ger positiv bekräftelse och som delar liknande värderingar kan ge en bra kurs för livet. (Tjersland, Engen & Jansen 2010, 209-210).

En man eller en kvinna som oväntat blir en ensamstående förälder är inte förberedd på situationen. Det sker stora förändringar i livet på många olika nivåer. Hela vardagen och praktiska arrangemang måste tänkas om. Vänner och nätverk får en ännu viktigare betydelse än förut. Ekonomiska problem är möjliga och det psykiska orkandet sätts på prov. Den som varit ensamstående under en längre tid, eller som valt det själv, har annorlunda problem i livet än den som nyss blivit ensamstående emot sin egen vilja. I en CABLE-grupp för ensamstående föräldrar kan deltagarna befinna sig i många olika slags livssituationer och har därför bra förutsättningar att förstå och stöda varandra. Tillsammans utgör de en kollektiv styrka.

Människan söker sig gärna till gemenskaper med varandra. Det bildas kamratstödsgrupper som baserar sig på frivillighet och eget intresse. Sådana grupper bildas i ökande takt på sociala medier. Frivilligverksamheten kan även vara mer organiserad via någon organisation. Det gemensamma är att verksamheten bygger upp ett socialt välmående. (Väyrynen et al. 2015, 28). För en ensamstående förälder kan sociala medier vara ett stort stöd, speciellt för dem som känner sig ensamma och inte har möjligheter att komma ut så ofta och träffa andra vuxna utan barnens närvaro.

Att delta i stödgrupper kan förändra människors liv, men förutsätter att människan själv är villig till förändring. Det finns grupper som ordnas via socialtjänster, men om personen känner sig tvingad till att delta är resultatet inte alltid positivt. Ett aktivt deltagande kräver egen vilja till förändring. Om gruppmedlemmen upplever stark kontroll av grupphandledare kan det vara svårt att våga föra fram sina egna ärliga åsikter. Som bäst är en stödgrupp kärnan till förändring. De som ordnar gruppverksamheten måste alltid förstå att empowerment är en

process som människan växer till själv. Det är ytterst viktigt att lyssna på människorna och höra vad de vill. (Mullender et al. 2013, 23-24).

Att arbeta tillsammans i grupp och dela med sig av erfarenheter, upplevelser och tankar har för det mesta en positiv inverkan. Gruppens stöd och uppmuntran, ”vi-andan” och känslan av gemenskap stärker processen för att hitta den egna inre styrkan. (Tjersland et al. 2010, 112). Grupper kan ge stöd och minska risken för isolering och erbjuda ett sammanhang för att utveckla och praktisera personliga färdigheter. (Adams 2003, 77). Enligt Olson & Martin (2012, 36) består grupprocessen av två olika typer av processer som beskrivs som arbetsprocess och socioemotionell process. Den socioemotionella processen bygger upp en vi-anda som ger förutsättningar för att arbetsprocessen ska vara lyckad. I empowermentinriktat gruppstöd är dessa processer viktiga för både individens och hela gruppens gemensamma empowerment.

Trots att människan har styrka kan den avta ifall människan behandlas som ett problem istället för en person med ett problem, och hen börjar bete sig enligt förväntningarna. Lika så kan de förväntas behöva hjälp i saker som de kanske inte alls behöver hjälp i och deras egna önskemål kan vara tvärt emot de förväntade. (Mullender et al. 2013, 53). Förutom att hitta sina egna styrkor och få makten över sitt eget liv handlar empowerment om delaktighet. Målet är en process som leder till att deltagarna får vilja och styrka att vara med och formulera om funktionella brister i samhällsstrukturer och i bästa fall att få vara med i beslutsfattning gällande den egna boendemiljön, planering och förverkligandet av olika slags verksamhet. För att det ska lyckas måste även de svåraste livserfarenheterna först kunna omvandlas till resurser. Det innebär även ett kritiskt betraktande för vilka kulturella och sociala element som påverkat livet. (Valve 2011, 8).

Att beviljas möjligheten att delta i beslut gällande den egna hälsan, boende, trygghet, utbildning och hela livsmiljön kan ha stor betydelse i en människas liv. Risken är, att det är någon annan som styr och kontrollerar besluten på ett sätt som förorsakar en maktposition som gör att personen som känner sig vara i marginalen känner sig mer hotad än delaktig och då handlar beslutet inte om empowerment. (Mullender et al. 2013, 23).

Människan möter, och har alltid mött, svårigheter och förtryck i livet. En del är mer utsatta än andra. Trots allt handlar det om människor som inte skall bli grupperade enligt sina problem. När allt fler personer blir brukare av social- och hälsovårdstjänster, möter de sådana attityder och fördomar de inte visste om. Problemen lyfts upp i medier som om det skulle

handla om någonting nytt trots att det gäller sådana saker förtryckta människor alltid förväntats leva med. (Mullender et al. 2013, 57). Samtidigt kan det ha en positiv inverkan på samhällelig nivå då de tidigare osynliga problemen får synlighet. I bästa fall har det en bra effekt där insynen kan leda till positiv förändring.

Tillhörandet till olika grupper formar självuppfattning, attityder och åsikter och påverkar därmed identiteten. Människan definierar sin identitet genom att jämföra sina olikheter och likheter med andra. (Olsen & Martin, 2012, 25). För en ensamstående förälder kan livssituationen ha ändrats mycket plötsligt och oväntat. Det som tidigare har varit bekant är borta. Livet får ett helt nytt perspektiv som ibland kan vara önskat, men ofta oönskat och förbryllande. Identiteten kan då kännas vilse. Då det inte finns en annan vuxen som hjälper till i vardagen blir det extra tungt. Vid skilsmässa kan nätverket ha splittrats och blivit snävare, ibland saknas ett nätverk helt och hållet. Alla har inte ens släktingar på nära håll. En ensamstående förälder behöver möjligheten att få återspegla sin situation med andra vuxna människor, gärna med andra i samma situation. Enligt Tjersland et al. (2010, 210) är det viktigt att uppleva sig höra till en gemenskap för att kunna göra saker tillsammans med andra, dela erfarenheter och utveckla gemensamma värderingar. Allt detta ger samtidigt positiv bekräftelse. Det kan ge en helt ny förankring i tillvaron och en mer positiv självuppfattning.

Enligt Siitonen (1999, 130) behövs en positiv självuppfattning för att kunna ställa realistiska mål för framtiden. Människan utvärderar sin livsmiljö beroende på sin egen självuppfattning och det har stor betydelse för empowerment. För människan är det lättare att ta emot sådan information som stöder den egna självuppfattningen, men motsätter sig sådant som strider emot.

En del av CABLE-processen handlar om att iaktta den förändrade livssituationen ur ett nytt perspektiv. Vad ser jag? Vad har jag inte lagt märke till? Genom att inse egna fördomar, tankesätt, känslor och värderingar kan det ge plats för nya insikter och förbättringsmöjligheter i det egna livet och i miljön, kanske även i hela samhället. (Valve 2011, 11).

3.4.3 Värderingar

Ett liv utan värdegrund saknar känslan av sammanhang och mening. Det är viktigt att veta vilka värderingar som styr val och handling i ens eget liv. Att fokusera på det som har hänt,

men inte borde ha hänt, kan leda till moralisering istället för att betona de egna resurserna för att lösa problemet och gå vidare. (Björklund et al. 2010, 43 - 44).

Trygghet är en av de viktigaste värderingarna i empowerment. Andra viktiga värderingar är frihet, valfrihet, säkerhet, självständighet, ansvar, uppskattning och respekt. Känslan om att ha rätt att själv bestämma över riktningen i sitt liv har betydelse i valet av målsättning och dessa värden är relevanta för det slutliga resultatet av empowerment. (Siitonen 1999, 129). Dessutom är det viktigt att beakta, att i en grupp där alla befinner sig i en jämlik position uppstår en känsla av trygghet. För att uppnå en inre styrka måste människan först känna igen sina värderingar och kunna ifrågasätta dem och förstå vilka orsaker och omständigheter som har lett till att värderingarna blivit som de är. Det är förutsättningen för att människan skall kunna få egenmakt på både individuell och samhällelig plan. (Räsänen 2014, 182). I detta har gruppens handledare en viktig roll i att inte blanda in sina egna värderingar och tankesätt, utan att kunna respektera ett annorlunda sätt att tänka och ha förståelse för personens aktuella livssituation.

En av de mest relevanta kapaciteterna är människans förmåga att tänka. Människor har olika sätt att tänka, en del tänker mindre och talar mer, andra gör tvärtom. En del agerar ofta impulsivt, då andra tänker mer grundligt och systematiskt. Tidigare erfarenheter integreras och de blir grunden för nuvarande och framtida tankar, känslor och handlingar. (Moula 2009, 111). I en grupp med flera personer finns det många olika sätt att tänka och se världen, därmed kan diskussionerna ibland leda till känsliga ämnen, exempelvis gällande kultur, livsstil, sexualitet eller andra former av förtryck eller diskrimination. Enligt Mullender et al. (2013, 43) är det bra att gruppens handledare är förberedd på sådana diskussioner och har tänkt ut hur diskussionerna kan styras mot ett lämpligt håll utan att direkt tysta ner dem.

Ensamhet mot fri vilja kan leda till känslan av meningslöshet i livet. Det kan förorsaka apati och depression samt ängslighet för allt främmande. Att få dela upplevelser och göra saker tillsammans har en resursförstärkande effekt. Det ger möjligheten att utveckla gemensamma värderingar och att få positiv bekräftelse. Eftersom gruppgemenskap handlar om fysisk närvaro av människor under en längre tid för det också med sig social inläring. (Tjersland et al. 2010, 207 & 210).

3.4.4 Vägen till förändring

”Ledstjärna. Det är mörkt, säger du. Jo visst, det är ofta mörkt på vägarna, min bror. Men människan måste VILJA sin ledstjärna,

*önska den så hett och innerligt av hela sitt rasande hjärta att
mörkret plötsligt gnistrar till och stjärnan står där tindrande stor
och klar över de frusna vägarna”* Hans Borli, ur Kyndelsmesse
(1972). Översättning: Inger Lindelöf (Tjersland et al. 2010, 316).

Om en människa upplever sig själv som ett offer upplevs livet och framtiden som hopplös. Ifall orsaken till problemen läggs på samhället är det ett hinder för att kunna utvecklas som människa. Att kunna ta ansvar för sina egna handlingar öppnar dörren till förändring. Det finns ofta realiteter som begränsar valfriheten, men en stor del handlar om människans egna föreställningar om sina krafter och styrkor. Det första steget kan vara frågan; ”vad är viktigast i mitt liv?” Insikten om att själv ha nyckeln till förändring ger hopp. (Björklund et al. 2010, 41 - 42).

Människans liv kan förbättras även med en liten förändring. Viljan och ansvaret måste komma från en själv. Enligt Moula, (2009, 109) kan det genom att upptäcka människans olika kapaciteter börja ske förändring. Sådana kapaciteter är att människan har uppfattningar, tankar, talar, uttrycker känslor, har önskningar, handlar, skapar relationer, har valmöjligheter, löser problem, utvärderar sin egen handling och lär sig. Begreppet empowerment integrerar dessa kapaciteter och har stor betydelse för empowermentarbetet. En människa kan använda sina kapaciteter på olika sätt och det finns ofta flera möjligheter att lösa problem. När det gäller förändringsarbetet är det viktigare att fokusera på vad vi kan bli, istället för vad vi är.

Människan har ett stort behov att känna sig värdefull och därför har det stor betydelse att förstärka den känslan. Det kan påverka individer och hela grupper, ge styrka och energi för inläring och utveckling. I empowerment-processen är människan aktiv och kreativ och ställer egna mål. Uppfattningen om de egna möjligheterna och förutsättningarna byggs upp via kommunikation med andra. Även den individuella processen påverkas av andra människor, omständigheter och sociala strukturer. Empowerment-processen är inte enkelriktad, utan alla enskilda delar påverkar varandra. (Siitonen 1999, 118). CABLE-modellen för ensamstående föräldrar är uppbyggd till att förstärka och ge egenmakt. Gemenskapen förstärker självförtroendet vilket hjälper till att inse positiva förändringsmöjligheter i den egna och samhälleliga tillvaron.

3.5 CABLE för ensamstående föräldrar

Det finns social service som är tryggad enligt lag, exempelvis dagvård, rådgivning för mödravård och barnavård och annan social- och hälsovård. Därpå ordnas olika slags verksamheter via olika föreningar, församlingar och förbund. Föräldrar är ensamstående av olika orsaker och det finns grupper av varierande slag beroende på behov och situation.

Församlingar erbjuder hjälp och stöd via barn-, familj-, och diakoniarbete. Dessutom ordnar flera församlingar grupper för ensamstående föräldrar. Kommunernas socialarbete kan stöda ensamstående föräldrar via familjearbete, stödfamiljer och hemhjälp. Rädda Barnen rf. och Röda Korset kan hjälpa till med stödfamiljer, stödpersoner och semesterstöd. Yhden Vanhemman Perheiden Liitot ry, Pienperheyhdistys ry och Folkhälsan är exempel på andra organisationer som ordnar verksamhet för enföräldersfamiljer. Alla dessa större organisationer har lokala föreningar i flera olika kommuner. Det finns även virtuella stödgrupper på sociala medier. (Rädda Barnen rf, u.å., Finlands Röda Kors, u.å., Yhden vanhemman perheiden liitot ry, u.å. & Folkhälsan, u.å.).

Från den teori som diskuterades i de föregående kapitlen kan man dra den slutsatsen att en CABLE-grupp passar utmärkt till att utvecklas för ensamstående föräldrar på grund av att det är viktigt för denna grupp att få stöd av andra i motsvarande situationer på grund av stora utmaningar i vardagen, vilket ofta leder till psykiska problem för föräldern med negativa konsekvenser för barn och ungdomar.

En CABLE-grupp skiljer sig från annan verksamhet på grund av exposure- och empowermentinriktat arbete. Enligt Valve (2011, 7) är CABLE en pedagogisk process som handlar om ett deltagande inlärningsätt där deltagaren som person har betydelse i inlärningsprocessen. Det är ett hermeneutiskt närmandesätt där intryck och upplevelser omorganiserar till nya tillvägagångssätt och sätt att agera. När en kamratstödsgrupp i första hand fokuserar på den akuta livssituationen, går en CABLE-grupp djupare och ser framåt på ett mer omfattande plan. Det handlar om att lära sig att bättre förstå sig själv och sin biografi och genom att uppleva exposure i miljön och förstå orsaker och samband, kan man lära sig att se förändringsmöjligheter i ett större sammanhang, och även på ett samhälleligt plan. Det uppstår förståelse för de dominanta strukturer som formar oss. Den individuella styrkan kan fusioneras till en gemenskaplig styrka. Målet är en gemenskap där alla har det bättre att leva.

Ensamstående föräldrar kan ha nytta av en CABLE-grupp eftersom livet kan vara kaotiskt ibland på grund av tidsbrist, känslan av att inte räcka till och aktuella svåra livssituationer. I

en sådan livssituation kan det vara svårt att se sina egna styrkor och resurser. Genom att lära sig förstå orsaker och följder i det förflutna via CABLE-metoden kan människan lära sig förstå orsaker till sina egna gällande värderingar och eventuella begränsningar i livet. Detta kan ge möjligheten till positiv förändring. En ensamstående förälder kan ha svårt att förändra omständigheterna, men hen kan förändra sitt eget förhållandesätt till situationen.

4 Metodpresentation

4.1 Halvstrukturerad intervju

En halvstrukturerad intervju är en blandning av fokuserad och strukturerad intervju, och ger större frihet till klargörning och fördjupning av intervju svaren. (May, 2013, 62). Denna metod passade vår studie bäst, eftersom intervju personernas sakkunskap varierade från att vara professionella inom CABLE, till att arbeta med familjer inom barnskydd och diakoni. Därmed var det bättre med struktur, men med friheten till att ställa tillägsfrågor vid behov för att klargöra svaren och ha möjlighet till mer användbar information.

Intervjuplanen bestod av åtta frågor inom tre olika teman: ensamstående föräldrar, CABLE-metoden och empowerment. Följebrev och intervjuplan på svenska och finska finns som bilaga 3-6. Intervju personerna kontaktades per e-post och telefon. Intresset för deltagande var positivt. Följebrevet och intervjuplan skickades till varje enskild respondent en vecka före överenskommet datum för intervju. Intervjuerna utfördes på ställen där de kunde bandas in utan störningar i omgivningen. Två intervjuer hölls på finska, tre på svenska. Fyra intervjuades personligen, en per telefon. Intervjuerna spelades in och transkriberades.

4.1.1 Målgrupp och urval

Intervju personerna bestod av sakkunniga inom det sociala fältet. Två av våra intervju personer arbetar på Helsingfors Diakonissanstalt och är sakkunniga inom CABLE. Den ena arbetar som diakonidirektör, den andra som Kaapeli-coach. Vid sidan om intervjun gav de oss skriftligt material om CABLE, vilket vi haft stor nytta av i planeringen av vår modell. Två av intervju personerna arbetar som sakkunniga med familjer och barnskyddsfrågor, och de har vid sidan om annat mångsidigt familjearbete även båda arbetat med Familje-kraft-läger på Folkhälsan. En intervju person arbetar som diakonissa vid Åbo svenska församling och har hållit grupper för ensamstående föräldrar i fem år. Vi valde

personer på olika orter för att få en bredare inblick. Alla våra fem intervjupersoner hade bred kunskap inom området för syftet i vår studie.

Enligt Trost (1997, 110), är det bättre att välja kvalitet framom kvantitet i valet av intervjupersoner. Alltför många intervjupersoner kan göra materialet svårare att hantera och det är värdefullare att utföra färre intervjuer utförligt, än att ha mycket material av mindre väl utförda. Vår tid var begränsad, därmed valde vi att var och en intervjuar 1 - 2 personer och materialet behandlades tillsammans.

Vi valde att intervjua professionella istället för potentiella medlemmar i målgruppen, det vill säga ensamstående föräldrar, eftersom det finns mycket tidigare forskning och litteratur om ensamstående föräldrars situation och erfarenheter. Professionella har den kunskap och erfarenhet som vi var i behov av som stöd till teorin för att utveckla modellen.

4.1.2 Etiska ställningstaganden

Forskningsetiska delegationens etiska principer för god vetenskaplig praxis har beaktats. (tenk u.å) Personerna som intervjuades blev informerade om syftet med intervjuerna och att materialet inte kommer att användas till något annat ändamål, och att det kommer att förstöras efteråt. De informerades om att deltagandet är frivilligt och kan avbrytas när som helst. Frågorna skickades till intervjupersonerna en vecka före intervjun. Personerna hade rätt till anonymitet, men eftersom intervjun baserade sig på sakkunskap, inte på personliga uppgifter, var det ingen av respondenterna som krävde att få vara anonym. Därmed respekterades även informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. (Nyberg, 2000, 37). Alla fem intervjupersoner gav tillåtelse att använda sina namn i citat.

Deltagarna informerades om att de kan delta i utvärderingen av modellen under april månad. Den utvecklade modellen skickades ut per e-post tisdagen den 17 april med en önskan om att få en skriftlig utvärdering så snart som möjligt. Utvärderingarna skulle fungera som en sista uppdatering av examensarbetets innehåll samt tillägg till den kritiska utvärderingen (se bilaga 9), men svaren mottogs i ett så sent skede att de inte kunde uppmärksammas i modellutvecklingen.

4.1.3 Systematisk innehållsanalys

Problemformulering, inhämtning av texten och användning av urvalsmetoder samt tolkning och analys är tre viktiga skeden i innehållsanalys. Texten bearbetas genom att söka efter hur ofta vissa ord eller specifika uttryck förekommer och på det sättet identifieras det väsentligaste. (May, 2013, 246).

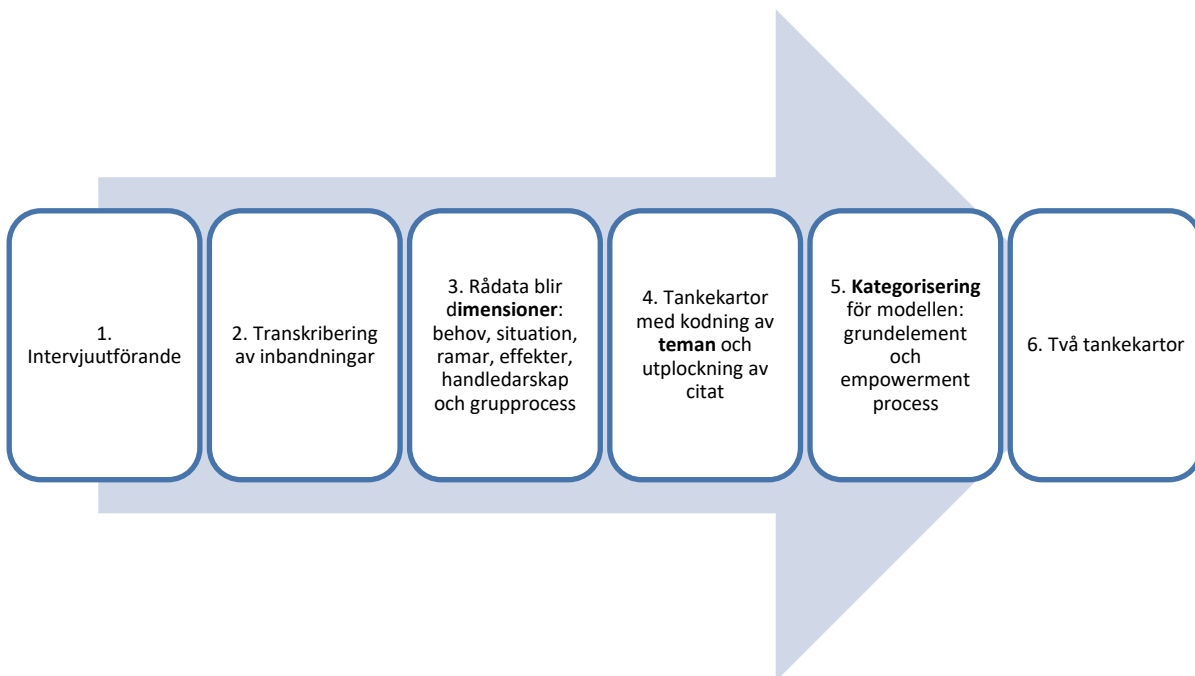
Intervjuerna påverkas av platsen, tidpunkten och intervjuaren. Varje individ tolkar det han eller hon ser eller upplever på ett unikt sätt. Alla intervjuer har analyserats för att skapa nya insikter och ett bredare perspektiv. Analysen gjordes tillsammans, vilket är positivt för reliabiliteten och validiteten. Det är viktigt att göra en noggrann transkribering (Trost, 2000, 113) utan egna tolkningar av svar eller korrigeringar, trots att intervjuerna i text blir flera sidor långa. Under den gemensamma analysen av text kan onödigt material sällas bort.

De intervjuade var alla sakkunniga, professionella och intervjumaterialet var avsett för modellbygget. Vi valde att använda tankekartor för att få fram det väsentliga sakinnehållet av hur en Cable-grupp för ensamstående föräldrar skulle bildas i praktiken. Användning av tankekartorna var mer ändamålsenliga för innehållsanalysen i denna studie, eftersom fokus av intervjuerna var på sakinnehållet istället för upplevelseinnehållet.

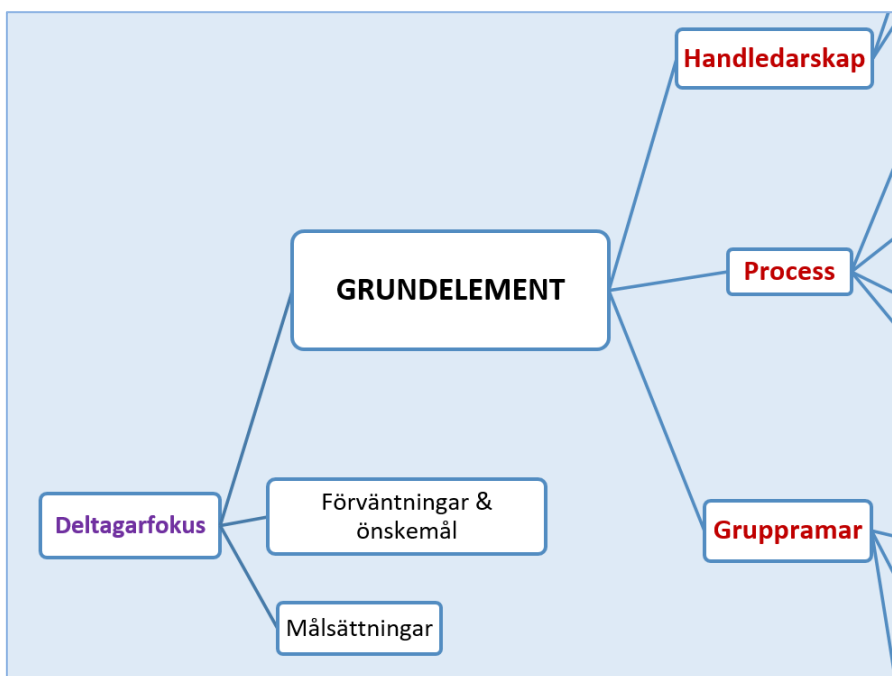
Intervjuprocess och analys av data gick till enligt följande (figur 2):

1. *Intervjuutförande*. En intervju utfördes i Åbo, två i Helsingfors och en i Tammerfors. En intervju gjordes per telefon. Alla intervjuer följde en intervjuplan. Intervjuerna bandades in.
2. *Transkribering*. Efter att intervjuerna transkriberats enskilt, gick vi igenom intervjusvaren tillsammans. Svaren hade tydliga, återkommande teman. Det fanns ett uppenbart samband med den kunskap som vi kommit fram till i vår litteraturgranskning.
3. *Dimensioner*. Återkommande teman delades in i kluster av koder som liknade varandra. Rubrikerna blev: behov, situation, ramar, effekter, handledarskap och grupprocess
4. *Tankekartor*. De mest omfattande temana delades in i mindre kategorier. Citat som eventuellt kunde användas senare i modellbygget plockades ut.
5. *Kategorisering* för modellen: grundelement och empowerment-process blev de två övergripande temana.
6. *Resultat*: Två tankekartor

Den systematiska innehållsanalysens resultat är två tankekartor som stöder utvecklandet av modellen av CABLE-metoden för ensamstående föräldrar som deltagare. Tankekartorna presenterar kategorierna Grundelement och Empowerment-process. Kategorierna redogörs nedan i delar. Tankekartorna i sin helhet finns i bilagorna 7 och 8.



Figur 2 Innehållsanalysens flödesschema

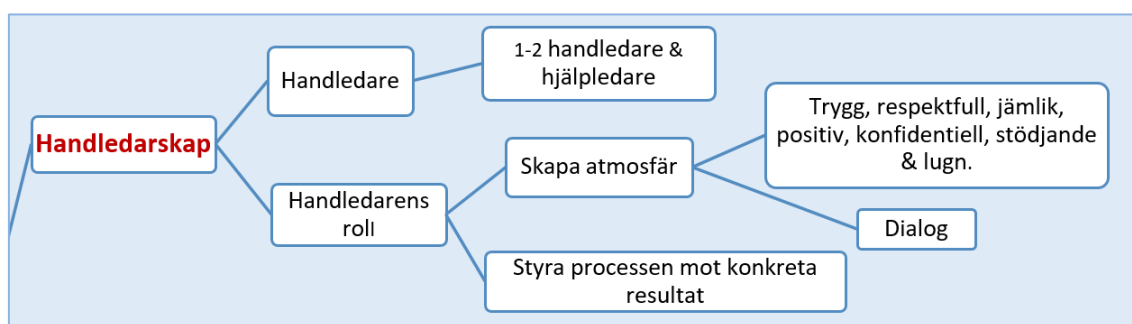


Figur 3 Kategori Grundelement

Den första kategorin för modellutveckling skapad i innehållsanalysen är kategorin *Grundelement* (figur 3). Kategorin består av följande teman: *handledarskap*, *process* och

gruppramar. Kategorin och temana påverkas av ytterligare ett undertema som i tankekartan kallas *deltagarfokus*. Deltagarfokus ligger som grundtanke för den fortsatta analysen inom alla teman eftersom fokus på ensamstående föräldrar som gruppdeltagare påverkar alla beslut gällande modellen. Målsättningarna för modellens förverkligande samt deltagarnas förväntningar och önskemål är de mest centrala delarna av delatagarfokus. Dessa två påverkar även varandra i en metod som CABLE, eftersom målsättningarna till viss del även skapas av deltagarna.

Temana handledarskap, process och gruppramar är grundstenarna för utvecklandet av en modell av CABLE för ensamstående föräldrar med ensamstående föräldrars situation och behov som utgångspunkter i den empowerment-inriktade processen.

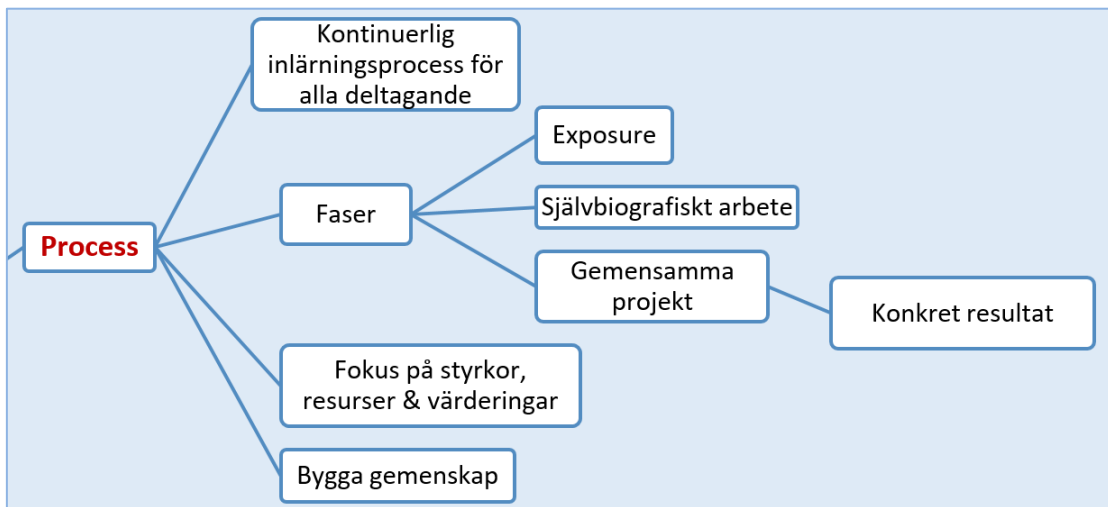


Figur 4 Temat Handledarskap

Temat handledarskap (figur 4) tydliggör viktiga komponenter av handledarskapet inom CABLE-metoden. Handledarens roll och antalet handledare för gruppverksamheten är de centrala inriktningarna. Utifrån intervjuerna har skribenterna tagit slutsatsen att två handledare rekommenderas för en CABLE-grupp eftersom det stöder processens framgång. Båda handledarna behöver dock inte vara professionella inom CABLE-verksamheten. Dessutom behövs det åtminstone en hjälpledare för en CABLE-grupp för deltagargruppen eftersom deltagarna är ensamstående föräldrar och bör få möjligheten att ta med barn som inte kan vara hemma ensamma, till verksamheten. Hjälpledaren tar hand om barnen medan föräldrarna deltar i gruppverksamheten.

Det centrala för handledarens roll inom CABLE och gruppverksamhet med ensamstående föräldrar har i innehållsanalysen framkommit som att skapa atmosfären i gruppen genom att bjuda på sig själv, vara lugn, öppna upp för diskussion, visa respekt, ha en tro på att metoden fungerar, ge plats för alla deltagare samt att följa dynamiken i gruppen för att kunna styra den empowermentinriktade processen mot konkreta resultat. Att en CABLE-grupp resulterar i något konkret framkom som viktigt. Dialogen är insatt i tankekartan som en egen del

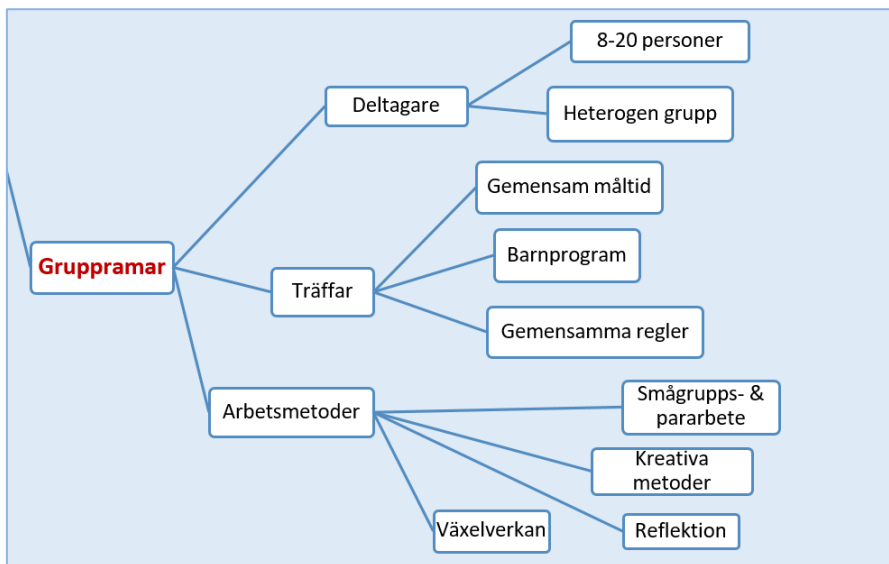
eftersom den är mycket viktig i all verksamhet inom CABLE-metoden.Handledaren har som uppgift att uppmuntra till dialog.



Figur 5 Temat Process

Temat process (figur 5) beskriver centrala delar av CABLE-metodens process som har betydelse för metodutvecklingen i detta examensarbete. I CABLE-metoden är det ytterst viktigt att alla som deltar i gruppverksamheten är jämlika gruppmedlemmar. Verksamheten är en kontinuerlig inlärningsprocess som bygger på gemenskap för alla, det vill säga både handledare och deltagare. Handledarna styr verksamheten som har fokus på styrkor, resurser, förmågor och värderingar, med deltar också som aktiva gruppmedlemmar.

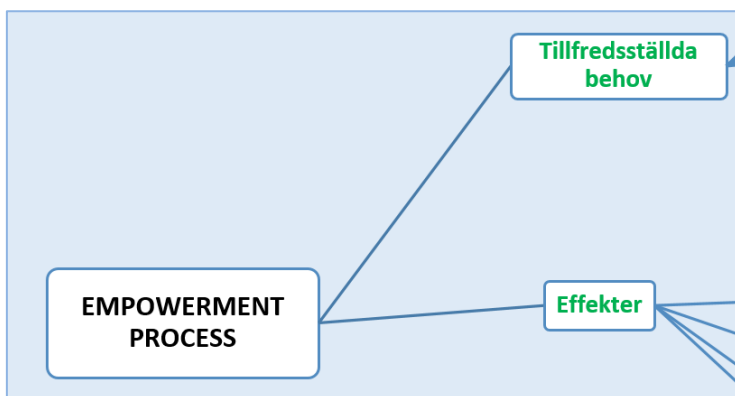
Faserna i CABLE-metoden har tidigare nämnts i stycke 3.3.2. I innehållsanalysen framstod tre delar av faserna speciellt viktiga, det vill säga självbiografiskt arbete, exposure och gemensamma projekt. CABLE är en metod som har vissa kännetecknande element i sig, dessa skapar CABLE och utifrån innehållsanalysen har skribenterna ansett dessa tre som obligatoriska för modellen av CABLE för ensamstående föräldrar.



Figur 6 Temat Gruppramar

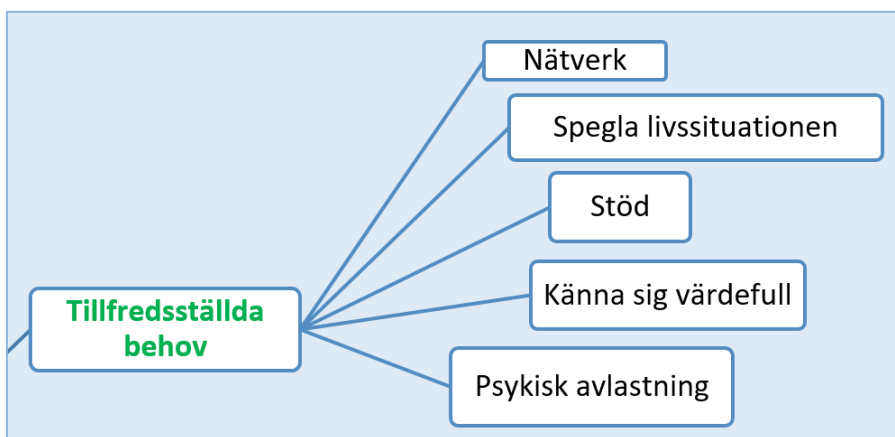
Temat gruppramar (figur 6) behandlar ramarna för förverkligandet av gruppverksamheten: deltagare, ramar för gruppträffarna och element för arbetsmetoder som kan användas under träffarna. Att samla ihop en så heterogen deltagargrupp som möjligt har ansetts ändamålsenligt för verksamhetens förverkligande eftersom olikhet har beskrivits som en styrka. Gruppens storlek har rekommenderats vara allting från 8 till 20 personer med argument som att det går att genomföra en grupp redan med endast 8 personer men omkring 20 personer är ändamålsenligt.

Gällande ramarna för träffarna i en CABLE-grupp för ensamstående föräldrar poängterades en gemensam måltid, barnprogram och gemensamma regler utifrån intervjuerna. Deltagarfokus spelar en viktig roll när träffarna och arbetsmetoderna utvecklas och planeras. En gemensam måltid anses viktig eftersom gruppen som modellen är riktad till lever som ensamstående föräldrar och många fall måste sköta det mesta inom hushållet ensam. En färdiglagad måltid för både gruppdeltagarna och deras barn är en gest som visar uppskattning för deltagande och kan underlätta deltagande i verksamheten. Arbetsmetodernas utgångspunkter inom CABLE-metoden framkom som smågrupps- och pararbete, kreativitet, reflektion och växelverkan.



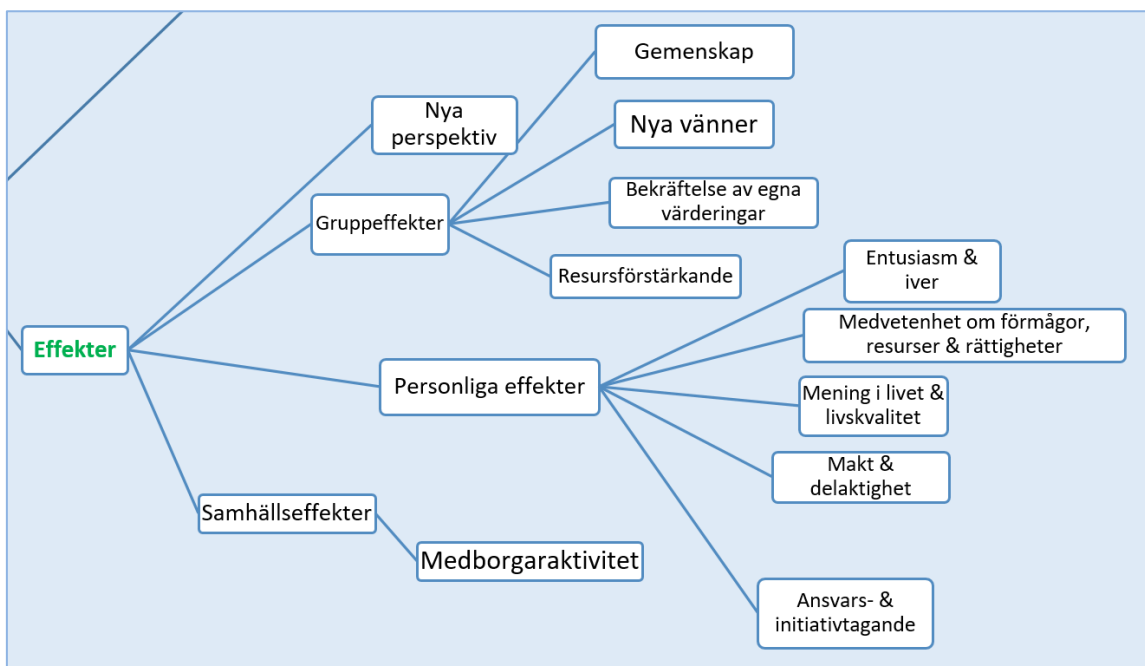
Figur 7 Kategori Empowerment process

Kategorin Empowerment-process (figur 7) består av följande teman: *tillfredsställda behov* och *effekter*. Dessa teman stöder utvecklingen av konkreta metoder för modellen samt ställer målsättningar för verksamheten som berör deltagargruppen.



Figur 8 Temat tillfredsställda behov

Empowerment-processen i modellen har som målsättning att tillfredsställa behov (figur 8) i deltagaren. I innehållsanalysen har ensamstående föräldrars centrala behov varit behovet av ett nätverk, olika sätt att spegla sin egen livssituation, stöd i olika former, känslan av att känna sig värdefull samt psykisk avlastning.



Figur 9 Temat Effekter

Temat effekter består av positiva effekter av en empowerment-process (figur 9) i CABLE-metoden. Effekterna är indelade i tre olika nivåer: grupp-, samhälls- och personlig nivå. Effekterna kan se olika ut beroende på person och grupp, men metoden har alltid någon slags effekter och de är oftast positiva. Nya perspektiv är en effekt som var central gällande all slags gruppverksamhet i familje- och CABLE-arbete. CABLE-metoden har beskrivits som en ”ögon-öppnare”.

Eftersom CABLE är en gemenskapsbaserad metod väger gruppeffekterna tungt. Genom att delta i verksamheten uppstår ofta en känsla av gemenskap och gruppen kan bidra med nya vänskapsband, ge bekräftelse för de egna värderingarna samt fungera som en resursförstärkande referensgrupp. Temat effekter består av positiva effekter av en empowerment-process i CABLE-metoden. Effekterna är indelade i tre olika nivåer: grupp-, samhälls- och personlig nivå. Effekterna kan se olika ut beroende på person och grupp, men metoden har alltid någon slags effekter och de är oftast positiva. Nya perspektiv är en effekt som var central gällande all slags gruppverksamhet i familje- och CABLE-arbete. Eftersom CABLE är en gemenskapsbaserad metod väger gruppeffekterna tungt.

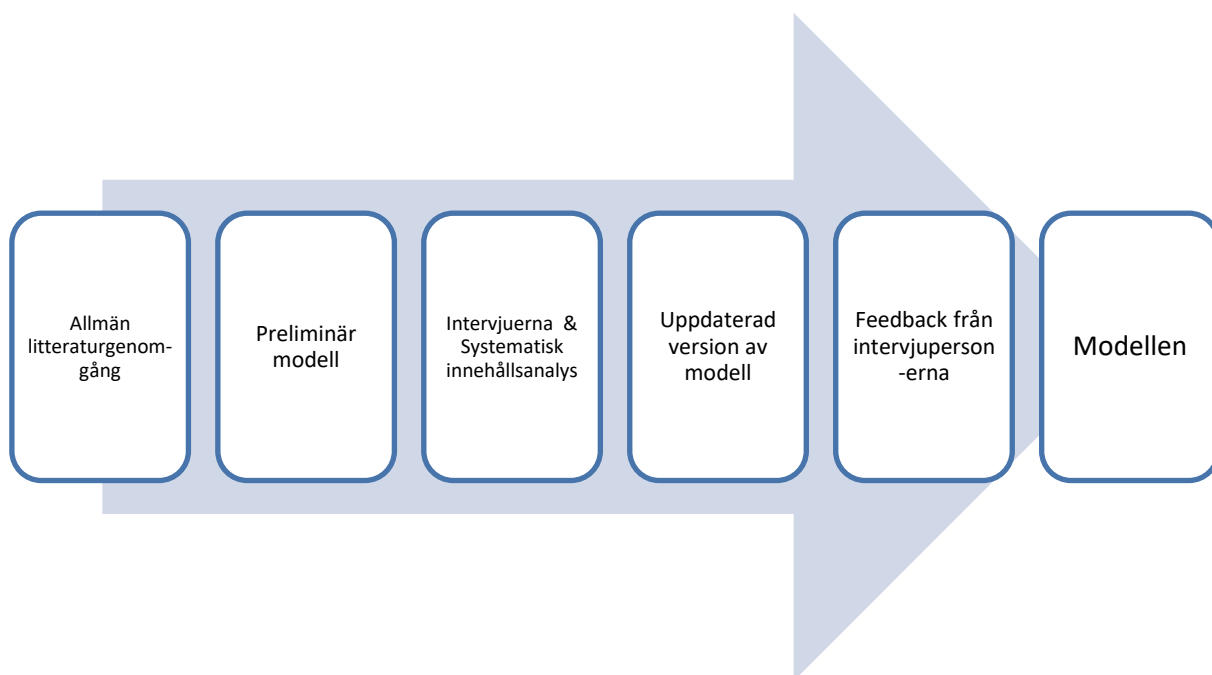
Ökad självkänsla och självförtroende leder till de olika personliga effekterna. Personliga effekter som framstod som mest centrala var mening i livet och förhöjd livskvalitet, medvetenhet om egna förmågor, resurser och rättigheter. Deltagarna har även beskrivits bli ivriga och entusiastiska när processen sätter igång. Makt och delaktighet är två personliga

effekter som CABLE-metoden kan ha som även kan leda till medborgaraktivitet på samhällsnivå. I stycket 5.3.2. beskrivs hur modellen utvecklats med hjälp av tankekartorna från intervjuernas analys samt den allmänna litteraturgenomgången.

5 Resultat

5.1 Arbetsprocess för modellbygget

Arbetsprocessen med modellen av CABLE för ensamstående föräldrar (figur 10) påbörjades med en allmän litteraturgenomgång. I mitten av examensarbetsprocessen skissades upp en första preliminär modell med hjälp av den förkunskap vi fått av att läsa in oss på ämnet. Modellen styrde utvecklingsprocessen vidare. När intervjuerna var utförda och empirin analyserad uppdaterades den ursprungliga versionen av modellen. Denna version skickades ut till intervjupersonerna. Intervjupersonerna bads ge konstruktiv feedback med sin egen sakkunnighet som grund. Med hjälp av feedbacken skulle den slutgiltiga modellen skapas. Feedbacken från intervjudeltagarna kom dock för sent från de flesta, så vi valde att endast uppmärksamma den i den kritiska granskningen. Den feedback som vi fått lov att publicera i examensarbetet finns i bilaga 9. Modellen som är resultatet för detta arbete presenteras mer ingående i de två följande styckena.



Figur 10 Arbetsprocessens flödesschema

5.2 Modell

Vid utvecklandet av en CABLE-modell för ensamstående föräldrar började vi med att använda Moulas enkla pragmatiska modell för socialt arbete som stöd, eftersom grunden handlar om samma viktiga element som CABLE. Moulas (2009, 114) modell baserar sig på pragmatikers idéer (James, Dewey, Mead). Det pragmatiska tankesättet grundar sig på att se verkligheten för vad den är och acceptera det som inte går att förändra, och istället använda sin energi på det som är möjligt att förändra. Detta tankesätt passar utmärkt för ensamstående föräldrar som ofta lever i förhållanden som inte direkt kan förändras, utan det behövs styrkor och resurser för det egna välmåendet och för att klara vardagen. Föräldrarnas välmående har direkt inverkan på barnen. I Moulas modell har en socialarbetare en viktig roll som handledare. En CABLE-grupp har inte samma uppbyggnad, utan handledaren är jämställd med deltagarna.

Vi valde att bygga upp modellen som ett hus, där alla olika delar representerar en fas i processen. Faserna döptes till grundfas, rumfas, takfas, dörrfas och skorstensfas. Alla faser har en symbolisk betydelse och byggs upp en efter en till ett helt hus. Husets uppbyggnad symboliserar den empowermentinriktade processen, som beskrivs i detaljer i kapitel 5.2.2. De enskilda faserna byggdes upp med CABLE-metodiken som grund, men anpassades till en grupp med ensamstående föräldrar med övningar och metoder som skulle passa för dem. Tankarna bygger på den centrala delen av den allmänna litteraturgenomgången och empirin.

Som metoder i CABLE används olika metoder där man arbetar tillsammans, det vill säga olika grupp- och pararbets metoder. CABLE är en kollektiv inlärningsprocess där ledaren fungerar som inspirerande mentor istället för lärare. (Valve 2015, 283–284). Modellen i sin helhet finns i bilaga 10.

5.2.1 Handledarskap

Handledarskapet har i modelluppbygget i detta examensarbete haft en mindre central del. Handledarskapet är ändå en viktig del av gruppverksamheten och det finns vissa specifika kännetecken för handledarskapet i en CABLE-grupp som är värda att även nämna gällande modellen. Något specifikt för en grupp av ensamstående föräldrar har dock inte framstått.

Ledaren i en CABLE-grupp kallas handledare. Enligt teorin i kapitel 3.3.1 är handledaren och deltagarna jämlika i CABLE-modellen. Rinta-Panttila beskriver CABLE-processen i sin intervju som en gruppdynamik där handledarna inte är lärare utan grupphandledare som

ständigt läser av gruppen. I intervjun med Helin kom det fram att handledarna och deltagarna är jämlika genom den gemensamma inlärningsprocessen. Yngre lär sig av äldre, äldre av yngre och professionella av amatörer och amatörer av professionella. Jämlikheten syns i handledarskapet även genom att handledarens uppgift är att hålla dynamiken jämlik, vilket betyder att alla som vill skall få chansen att tala och att alla deltagande visar respekt för varandra och gruppens regler enligt Rinta-Panttila, Tuomela-Holti och Helin.

Handledarens roll beror ändå enligt Helin på gruppen, eftersom gruppen skapar handledarens fokus. Fokus kan enligt skribenterna bero bland annat på deltagarnas förmågor, funktionsförmåga, ålder, språk, kultur och så vidare. I CABLE och även i modellen av CABLE för ensamstående föräldrar har handledarskapet ett fokus på resurser och styrkor. Rinta-Panttila anser det viktigt att handledaren kommer ihåg det och att även deltagarna är medvetna om det. Hon tyckte att allas liv kan ses som en hjältes berättelse eller förlorares berättelse och i CABLE ligger fokus på hjältes berättelse.

"Että sitä kannattaa korostaa, että voimavarojen kautta mennään. Jokaisen ihmisen elämän voi nähdä sankaritarinana tai luuseritarinana, jokaisen. Ja tässä etsitään tätä sankaruutta."
(Rinta-Panttila Intervju 1.3.2018)

5.2.2 Modellens empowerment-inriktade process

En modell av empowermentinriktat arbete för ensamstående föräldrar har utvecklats i detta examensarbete genom att kombinera vissa centrala punkter i den teoretiska diskussionen med centrala upptäckter från utförda intervjuer av sakkunniga. Som en teoretisk utgångspunkt för modellen är ensamstående föräldrar och deras vardagssituation, som beskrivs i kapitel två. Som metod i modellen används CABLE med dess särdrag med fokus på konstruktiv inläring och förändring i grupp, samt dess processartade uppläggning i faser. Målet för grupprocessen för ensamstående föräldrar via CABLE är empowerment på det individuella och gemenskapliga planet. Den teoretiska diskussionen om både CABLE och empowerment, som har använts som bakgrundsmaterial i modelluppbbygget, utan att alla deras detaljer och delar kommer till uttryck i själva modellen, finns i kapitel tre.

Skribenterna har valt att illustrera empowerment-processen med hjälp av byggandet av ett hus. Huset är en metafor för människans och gruppens inläring, utveckling och inre förstärkning som har konsekvenser utåt till samhället. Såsom ett hus byggs upp genom faser, byggs människans och gruppens identitet och kraftresurser upp genom de olika faserna i CABLE-processen. Huset symboliserar uppbyggandet av empowerment via CABLE-metoden parallellt inom en individ och en deltagargrupp, som i denna studie består av ensamstående föräldrar. De olika delarna i huset, grunden, rummet, fönstret, taket, dörren och skorstenen har motsvarande CABLE-faser, som beskrivs nedan.

Det är fördelaktigt om gruppdeltagarna i modellen har olika bakgrund, är i olika åldrar, av olika nationaliteter, i olika livsskeden och har olika livserfarenheter med hänsyn till att vara ensamstående förälder. Empowerment syftar på att den ensamstående föräldern blir ett subjekt med självkänedom, förstärkt identitet, upptäckta resurser, ökad egenmakt och delaktighet, vilka har en positiv inverkan på känslan av att kunna förändra sin livssituation till det bättre. CABLE-gruppen spelar en avgörande roll i detta omvandlingsarbete.

Grupprocessen har sex faser, på vilka empowerment-modellen bygger på. Varje fas är en gruppträff på tre till fyra timmar. Varje träff börjar med en gemensam måltid som deltagarnas barn även kan delta i samt en ”hur mår ni”-runda. Träffarna avslutas med reflektion i grupp, med hjälp av bland annat kort, stenar, boll, sång, garnnystan eller annan kreativ metod.

Förberedelsefas. Innan de egentliga processfaserna påbörjas rekommenderas att de blivande gruppdeltagarna träffas enskilt, för att berätta kort om vad grupprocessen går ut på och samtidigt få information om deltagarnas egen motivation för att påbörja processen. Enligt Helin, kan deltagare som saknar motivation och intresse göra skada för processen. Han betonade dessutom, att det är bra att ha en så heterogen grupp som möjligt eftersom olikhet är en stor resurs för gruppen enligt honom.

Det är viktigt att det finns en plats där barnen har eget program tillsammans med egna handledare, medan de vuxna har sitt program. Ensamstående föräldrar kan ha svårt att få barnvakt och därför är det ytterst viktigt att barnen får komma med. Detta argument kom tydligt fram i intervjuerna.

Grundfas. Centrala frågeställningar för fasen: Vem är vi? Varför är vi här? Vad är viktigt för oss?

I modellen heter den första egentliga fasen grundfas och den är en orienteringsfas som har som syfte att bygga upp strukturen och skapa atmosfären, samt påbörja gruppbildningen. Grundfasen består av att lägga grunden för huset och arbetet. I teorin har orientering och en del av självbiografin ingått i den första fasen och en del av självbiografin i anslutning till exposure-arbetet i andra fasen i motsats till vår modell. Vi har valt att reservera en hel fas för att lägga grunden för arbetet, det vill säga, orienteringen, och en hel fas också för självbiografiskt arbete. Detta berördes inte i intervjuerna. Skribenterna motiverar att det är befogat att ha en hel 3-4 timmars träff även för detta identitetsarbete med ensamstående föräldrar för att tiden ska räcka till för gemensam måltid med barnen, gemensam samvaro och övningar.

Enligt teoridelens kapitel 3.3.2, är planeringen av gruppen empowerment-orienterad med deltagarfokus, vilket betyder att det är deltagarnas förväntningar, önskemål och målsättningar som styr planeringen och hela processen. Viktigt enligt teorin är att empowerment-principer introduceras till gruppen och de diskuteras i början. De kommande träffarna skall diskuteras och avtalas tillsammans i enlighet med empowerment-tänkande. Det skall fattas beslut om gemensamma regler, mål, tidpunkter, frekvensen och antalet träffar, som alla deltagare förbinder sig till. Handedarna är ansvariga även för skapandet av atmosfären med tillit och tillhörigheten som centrala element. Deltagarna skall känna sig trygga, jämlika och respekterade. Gruppandan skall vara positiv, lugn, uppmuntrande och konfidentiell. Teorin betonar, att genast vid den första gruppträffen skall man definiera centrala värden och principer som styr arbetet samt utvärderings principer.

Intervjuerna sammanfattades i tankekartorna i kapitel fyra, där det kunde noteras att fokus ligger på deltagarna i CABLE-grupper, som två av de intervjuade har handlett. Enligt Helin är det gruppens förväntningar och önskemål, som en CABLE-grupp skall sträva efter (Figur 4). Centralt enligt Helin och Rinta-Panttila är att gruppen har en tydlig och konkret målsättning. Genom CABLE byggs gemenskap deltagarna emellan. I synnerhet i början är det i praktiken handledarna som hjälper deltagarna att besluta över dessa saker och bli orienterade i CABLE-metoden. Värderingsövningarna utgör centrala delar i grundfasen och frågor som vem är vi? varför är vi här? vad är viktigt för oss? skall diskuteras som inledning till grupprocessen och –bildningen. Enligt Rinta-Panttila har värderingsövningarna central betydelse för gruppen, eftersom de möjliggör att deltagare snabbt kommer in på djupa saker jämfört med om deltagarna endast drack kaffe och diskuterade allmänt.

I teoridelen om värderingar i kapitel 3.4.3, kom det fram att det är viktigt att människan känner igen sina värderingar, orsaker och omständigheter som lett till dem, och de bör ifrågasättas. På det sättet kan människan nå en inre styrka. Enligt Rinta-Panttila är det bra att se saker ur nya synvinklar, och samtidigt inse att mänskligheten är den samma. Det ger känsla av sammanhang, men också känslan om hopp.

Som övningar i grundfasen är olika typer av värderingsövningar som hjälper att begrunda det egna sättet att tänka och få perspektiv via diskussioner med andra. Empowerment principerna (enligt Mullender, se modellen i bilaga 10) diskuteras också i den första fasen för att få förståelse vad empowerment betyder.

Rumfas. Centrala frågeställningar för fasen: Vem är jag? Vad är jag bra på? Vad vill jag förändra?

I modellen kallas denna fas för rumfas, i vilken rummet läggs till grunden. Rummet symboliserar ett gemensamt utrymme för egen reflektion och gemensam interaktion. I rummet upptäcks och reflekteras i lugn och ro deltagarens livshistoria och centrala vändpunkter i livet. Enligt teorin i 3.3.2 består denna fas av självbiografiskt arbete. Människan själv, identiteten och sociala relationer lyfts upp i fokus. Diskussioner och reflektioner sker kring frågorna ”vem är jag?”, vad är jag bra på? vad vill jag förändra? Självkännedom ökar och personliga och gruppens gemensamma resurser upptäcks och kartläggs under denna fas. Rinta-Panttila konstaterade i sin intervju, att fastän deltagarna kommer från olika bakgrunder och ser på saker annorlunda, vidgar det vyer att mänskligheten ändå är den samma och därigenom skapas anknytning och hopp.

I denna fas arbetar ensamstående föräldrar genom ett flertal kreativa övningar i generationsarbete, styrketräning och problemlösning. Generationsarbetet går ut på att alla tar med sig ett fotografi, musik, ett föremål eller någonting annat som påminner om en viss vändpunkt i livet. Därpå följer diskussion kring frågorna vad hände, när hände det och varför.

Styrketräningen är till för att var och en ska hitta sina egna styrkor. Det är ofta svårt att nämna styrkor på rak arm, men via olika övningar kan var och en hitta styrkor som passar en själv. De andra gruppmedlemmarna är som stöd och kan ge bekräftelse. Övningen gällande problemlösning heter Bull's eye exercise (bilaga 10) och den handlar om både problemlösning och förändring.

Fönsterfas. Centrala frågeställningar för fasen: Vad ser jag, hör, känner, smakar och doftar jag?

I denna modell ingår exposure i fönsterfasen, i vilken fönstret läggs till huset. Fönstret betyder att man iakttar det som händer utanför huset. Detta symboliserar öppenhet till samhället och världen.

Exposure, med andra ord observationer, är centrala i denna fas. Enligt teorin i kapitel 3.3.2 handlar det om att observera sin omgivning på ett upplevelsemässigt sätt med hjälp av alla sinnen. Varje ensamstående förälder frågar sig vad hen känner, ser, hör, luktar, smakar i en avgränsad miljö. Omgivningen och samhället observeras med nya ögon och ur ett nytt perspektiv. Observationerna antecknas och delas med andra ensamstående föräldrar i gruppen. Reflektion åtföljs.

Eftersom modellen är byggd för ensamstående föräldrar är det tänkt att de observerar miljön ur ett kritiskt perspektiv för att se brister som kunde åtgärdas. Exempelvis kan små barns föräldrar som rör sig med barnvagn se brister som kunde lösas med konkreta åtgärder, eller något motsvarande. Gruppen beger sig till en överenskommen plats och observerar miljön och gör skriftliga anteckningar och/eller tar fotografier. Gruppen samlas efteråt för reflektion, men den egentliga sociala analysen görs vid nästa gruppträff.

I intervjun med Helin kom det fram att observationsfasen är viktig och fastän man skulle tänka sig att omgivningen är bekant från förut, är det faktiskt inte det, om man kan bemöta den utan förhandsroller och-uppfattningar och låter livet hända där medan man observerar. Fagerström ansåg att det behövs ibland att komma bort från sin egen situation och få annat att tänka på.

Takfas. Centrala frågeställningar för fasen: Vad kan vi göra tillsammans och hur?

I modellen följer takfasen. Fönsterfasen och exposure-upplevelsen i den föregående fasen har troligen väckt nya tankar och det är dags för någonting nytt. När taket läggs till husbygget symboliserar det att huset blir så småningom färdigställt, och inom kort går det att flytta in och bo där. Enligt teorin i kapitel 3.3.2 börjar takfasen med en social analys om observationerna i föregående gruppträff. Observationerna från exposure antecknas först enskilt, sedan diskuteras anteckningarna tillsammans. I denna fas kopplar ensamstående föräldrar sina personliga livsberättelser till det sociala läget, i vilket de och gruppen befinner sig i och reflekterar över vad de kan göra för att ändra på sin situation.

Rinta-Panttila poängterade att det är bra att efter observationerna diskutera tillsammans om vem vi är, med dessa värderingar, dessa styrkor och denna livserfarenhet. Alla ser saker ur sitt eget perspektiv. Vad kunde vi göra tillsammans som skulle vara intressant och som vi alla skulle ha nytta av?

Den följande fasen är ett gemensamt projekt. I denna fas planeras projektet tillsammans. Det handlar om motivation, ansvarstagande och att göra någonting nyttigt tillsammans.

Dörrfas. Gemensamt projekt.

Dörren läggs till huset. Deltagarna går ut i världen genom dörren för att ”göra sina händer smutsiga” genom att delta i ett gemensamt projekt. Projektet kan alternativt genomföras inomhus. Dörrfasen innebär att någonting konkret blir till. Enligt teorin i 3.3.2 fokuserar denna fas på handling, då projektet läggs upp. Deltagarna bestämmer över vad som skall göras tillsammans och går till aktion för att förverkliga det som är viktigt för dem i nuet.

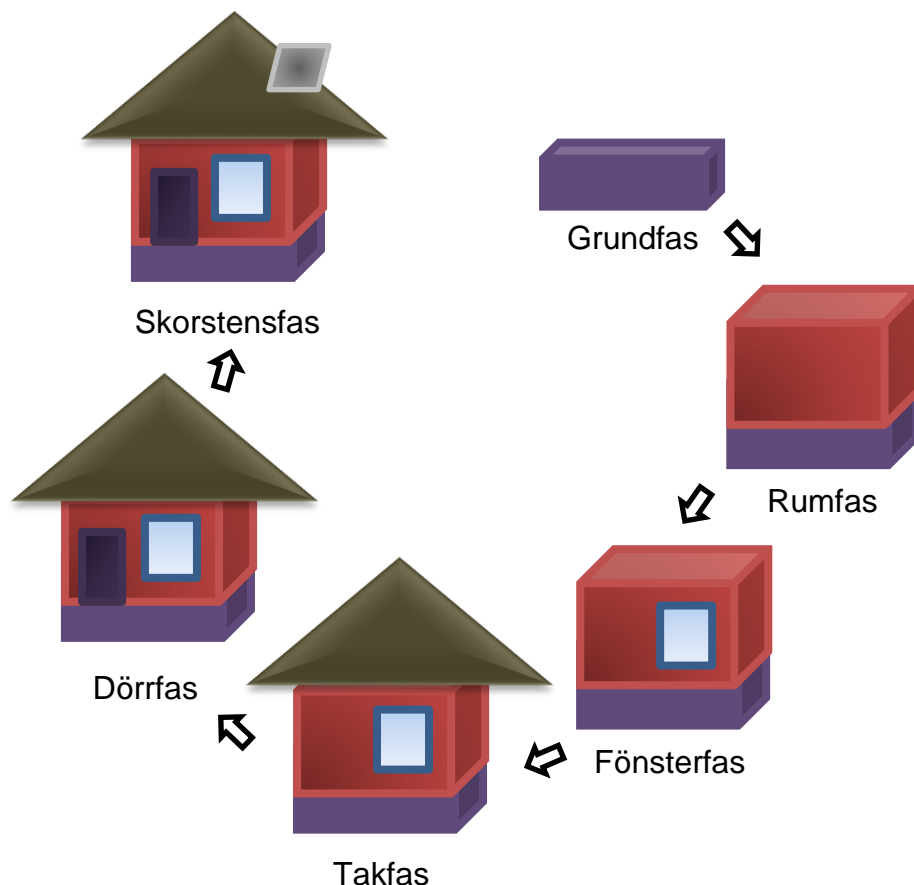
Projektet utförs enligt gruppens plan. Det kan vara med eller utan barn, ute eller inne, fest eller utflykt. Huvudsaken är att alla får delta, alla får ta ansvar och att alla har roligt. Tyngdpunkten på denna fas är gemenskap. Behovet av att få vara tillsammans med andra, skapa nya nätverk, få nya vänner och att få uppleva delaktighet kom tydligt fram i intervjuerna och illustreras i tankekartorna gällande effekter och tillfredsställda behov. I teoridelen stycke 3.4.2 om gemenskap och delaktighet, stärker känslan av att höra till en gemenskap den inre styrkan och ökar självförtroendet.

Skorstensfas. Utvärdering. Centrala frågeställningar för fasen: Vad fick vi till stånd? Vad lärde vi oss? Uppfylldes målsättningarna? Hur fortsätter vi?

Skorstenen i huset möjliggör att luften byts ut, dålig luft släpps ut och ny atmosfär kan skapas med nya idéer och planer. Enligt teorin i 3.3.2 är målsättningen med denna fas att deltagarna känner sig ha empowerment för att kunna påverka sitt liv och sin vardag bättre. Deltagare är inte längre åskådare utan aktörer. Empowerment-principer styr frågorna kring utvärderingen. Diskussion och utvärdering följer enligt olika metoder.

Helin betonade i sin intervju att man inte behöver förändra hela världen på en kort stund, men man kan göra det en grupp åt gången. Han berättade också hur det ofta händer, att det uppstår nya gemenskaper då det finns gemensamma intresseområden hos gruppdeltagarna. Fagerström berättade i intervjun, att efter gemensamma läger och träffar är det vanligt att medlemmarna bildar grupper i sociala medier och fortsätter att hålla kontakt. Enligt Helin är

det viktigaste, att processen förs till slut och att alla de utsatta målen varit realistiska och därmed möjliga att nå. Konkreta resultat är centrala för att CABLE-processen kan anses vara lyckad.



Figur 11 Modellens faser

6 Avslutande diskussion

6.1 Slutsatser och kritisk granskning

Frågeställningarna för examensarbetet var: Hur ser den ensamstående förälderns utmaningar och resurser ut i vardagen? Vad är CABLE som metod och varför kan den tillämpas på en grupp av ensamstående föräldrar? Hur bygger man upp en CABLE modell för att arbeta empowermentinriktat med ensamstående föräldrar? Frågeställningarna blev i stort sett besvarade. Det är emellertid viktigt att komma ihåg att ensamstående föräldrar är ingen homogen grupp, utan varierar stort. Det har även betydelse i vilken ålder barnen är och hur

ensamma föräldrarna är, eller om den andra föräldern är aktivt med i barnets liv. Småbarns föräldrars vardag skiljer sig från den förälderns som har tonåringar i hemmet. Därför finns det inga entydiga svar. Ifall deltagargruppen skulle ha varit mer specificerad, exempelvis på ensamstående föräldrar till barn under skolåldern, skulle intervjuer av målgruppen kunnat ha varit ett alternativ. Enligt teori och empiri visade sig CABLE lämpa sig utmärkt som empowermentinriktad metod för ensamstående föräldrar.

På basen av den feedback som den utvecklade modellen fått av intervjupersonerna kan vi dra den slutsatsen att modellen kunde användas och fungera bra bland deltagargruppen. Vi kan ändå inte påstå att modellen fungerar fullständigt i praktiken, eftersom vi inte har genomfört den bland en grupp av ensamstående föräldrar. En annan synpunkt är den att vi har med avsikt utvecklat modellen utan att intervjua potentiella deltagare personligen om deras åsikter om gruppens arrangemang. Tillförlitligheten och etiken med arbetet förstärks av att en av skribenterna har själv erfarenhet av att vara ensamstående förälder.

Det har varit centralt att läsa sig in på ämnet så bra som möjligt för att kunna utveckla en modell för en deltagargrupp som ensamstående föräldrar. Materialet om ensamstående föräldrar, CABLE och empowermentinriktat arbete har möjliggjort förståelsen av dessa fenomen och bidragit till utvecklandet av empowerment-modellen i skribenternas tankar och reflektioner, fastän dessa inte skulle synas i modellens alla detaljer och praktiska tillvägagångssätt. Modellen baserar sig förutom teoretiska synpunkter, också på intervjuer av sakkunniga och är ett förslag på hur en gruppprocess för ensamstående föräldrar skulle kunna genomföras.

Rinta-Panttila (Intervju 1.3.2018) ansåg att det skulle ha varit väldigt nyttigt för oss att delta i en CABLE-grupp som förundersökning eftersom det är en process som man upplever i praktiken och genom praktiska övningar. Inom tidsramarna för detta examensarbete fanns det dock inte tid för det.

Fagerström (Bilaga 9) tyckte att modellen ser väldigt tydlig och tillgänglig ut med konkreta övningar. Hon ansåg att modellen och strukturen är bra, och kunde passa på vilken målgrupp som helst. Hon föreslår att det kunde finnas några samtalsämnen eller frågeställningar i strukturen som skulle behandla just ensamstående föräldrars livssituation.

Helin (Bilaga 9) tyckte att gruppstorleken som vi har som förslag skulle vara för liten. Med en grupp på tjugo personer, där hälften skulle vara ensamstående föräldrar och hälften

frivilliga, erfarenhetsexperter och till exempel pensionärer som har intresse för ämnet. Ju heterogenare grupp, desto bättre slutresultat. I fönsterfasen skulle gruppen kunna observera och granska kritiskt den offentliga och privata servicen på ett område. I takfasen skulle gruppen tillsammans kunna planera funktionella projekt som därefter kunde leda till små eller stora nya projekt och gruppens gemensamma arbete kunde fortsätta.

Det skulle vara av intresse att ordna en grupp för ensamstående föräldrar i samverkan med tredje sektorn för att testa vår modell och vid behov kunna utveckla det vidare. Tillämpbarheten på olika situationer och människogrupper är en av CABLE:s fördelar. Trots att vi gjorde intervjuerna av de professionella i ett så tidigt skede som möjligt, drog tiden med modellbygget ut och vi hann inte få feedback från alla respondenter inom utsatt tid.

CABLE-projektets sista år lider mot sitt slut på Yrkeshögskolan Novia. Empowerment-modellen, som är resultatet av detta examensarbete är något som skulle kunna prövas och utvecklas vidare på olika sätt i framtiden.

Källor

- Adams, R. (2003). *Social work and empowerment*.
- Addy, T. (2013). New approaches to community-based work, social services and diaconia - challenges from the Cable approach. *Diakonia*, vol.4, 194-215.
- Addy, T. (2013). Reflections on the Cable approach to community based work, social service and diaconia. In J. Porkka, & M. Pentikäinen, *Community of the future - Challenges and new approaches to community based social work and diaconia from the Cable approach* (pp. 40-60). Diak.
- Addy, T. (2013). Reflections on the Cable approach to community based work, social service and diaconia. In J. Porkka, & M. Pentikäinen, *Community of the future - Challenges and new approaches to community based social work and diaconia from the CABLE approach* (pp. 60-82).
- Alasalmi, P. (2011). *Loistava yksinhuoltajuus*.
- Alasalmi, P. (2016). Monimuotoiset perheet nyky-yhteiskunnassa. Monimuotoiset perheet verkosto. Retrieved from https://monimuotoisetperheet.fi/wp-content/uploads/2015/08/opettajan_opas_v6.pdf
- Alvesson, M. (2009). *Organisationskultur och ledning*. Malmö: Liber.
- Bak, M. (2012). "Ensam-mor"-familjen. In M. Bäck-Wiklund, & T. Johansson (Eds.), *Nätverksfamiljen* (pp. 69-91). Natur & Kultur.
- Björklund, Dahlin, Donning, Möller, Sandahl, & Stenow. (2010). *Exposure – som synsätt, förhållningssätt och arbetssätt*. (P. Starke, Ed.) Göteborg: Bräcke diakoni.
- Broberg, M., & Tähtinen, J. (2009). Perheen toimivuus ja vanhemmuus yksinhuoltajaperheissä. In K. Forssén, A. Haataja, & M. Hakovirta (Eds.), *Yksinhuoltajuus Suomessa* (pp. 154-169). Helsingfors: Väestöliitto.
- Byreús, K. (2012). *Kreativa metoder för grupputveckling och handledning*. Stockholm: Liber.
- Bäck-Wiklund, M. (2012). Familj och modernitet. In M. Bäck-Wiklund, & T. Johansson (Eds.), *Nätverksfamiljen* (pp. 17-47). Natur & Kultur.
- Dalen, M. (2015). *Intervju som metod*.
- Eklund, C. (den 26.2. Februari 2018). Diakonissa, Åbo svenska församling. (H. Fogelberg, Intervjuare) Åbo.
- Elenius, K. (2014). *Yhteisölliset työmenetelmät laitosympäristössä – Helsingin Diakonissalaitoksen yhteisötyön sovelluksia Windhoekin slummeista Helsingin lähiöihin*.
- Eurostat. (2017, maj 31). *Families with children in the EU*. Retrieved mars 13, 2018, from <http://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/EDN-20170531-1?inheritRedirect=true>

- Fagerström, K. (den 13 mars 2018). Sakkunnig inom förebyggande barnskydd, Folkhälsan. (H. Fogelberg, Intervjuare)
- Finlands Röda Kors. (n.d.). *Sök stöd och hjälp*. Retrieved april 14, 2018, from <https://www.rodakorset.fi/sok-stod-och-hjalp>
- Folkhälsan. (2018). *Familjekraft-läger*. Retrieved mars 8, 2018, from <https://www.folkhalsan.fi/barn/vard-och-stod/familjekraft-lager/>
- Folkpensionsanstalten. (2017, december 21). *Underhållsstödet och underhållsbidraget justeras med index*. Retrieved mars 13, 2018, from http://www.kela.fi/web/sv/aktuellt-foralder/-/asset_publisher/X0HyHg5hd9p2/content/underhallsstodet-och-underhallsbidraget-justeras-med-ind-1?_101_INSTANCE_X0HyHg5hd9p2_redirect=%2Fweb%2Fsv%2Faktuellt-foralder
- Forskningsetiska delegationen. (2009). Etiska principer för humanistisk, samhällsvetenskaplig och beteendevetenskaplig forskning och. Helsingfors. Retrieved april 23, 2018, from <http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/etiskaprinciper.pdf>
- Forssén, K., Haataja, A., & Hakovirta, M. (2009). Yksinhuoltajien asema suomalaisessa hyvinvointivaltiossa. In K. Forssén, A. Haataja, & M. Hakovirta (Eds.), *Yksinhuoltajuus Suomessa* (pp. 9-18). Helsingfors: Väestöliitto.
- Freire, P. (2005). *Sorrettujen pedagogiikka*.
- Furseth, I., & Repstad, P. (2005). *Religionssociologi - en introduktion*. Liber.
- Giddens, A., & Sutton, P. (2014). *Sociologi*. Studentlitteratur.
- Gullacksen, A.-C. (2016). *Delaktighetsmodellen - en väg mot empowerment - Teoretiska perspektiv*. Retrieved from <https://kfsk.se/wp-content/uploads/2016/09/Teoretiska-perspektiv-webb.pdf>
- Hdl 2. (n.d.). *Kaapeli-menetelmän vaiheet*. Retrieved januari 22, 2018, from <https://www.hdl.fi/fi/kaapeli/1843-kaapeli-menetelman-vaiheet>
- Hdl. (2013). *Kaapeli 2.0 – valmentajan käsikirja*. Helsingin Diakonissalaitos.
- Hdl. (n.d.). *Kaapeli voimauttaa ja rakentaa yhteisöjä*. Retrieved mars 15, 2018, from <https://www.hdl.fi/blog/2018/01/28/kaapeli-yhteisovalmennukset-voimauttavat-ihmisiä-ja-rakentavat-yhteisoja/>
- Helin, M. (den 23 februari 2018). Diakonidirektör Helsingfors Diakonissanstalt. (S. Sorola, Intervjuare)
- Helminen, J. (2006). Onnen kehto vai kurjuuden alho? Suomalaisten lapsiperheiden arjen kurjistumisesta. In J. Helminen (Ed.), *Elämä koettelee, tuki kannattelee - sosiaali- ja terveystyö monimuotoisissa perhesuhteissa* (pp. 15-36).
- Helne, T. (2002). Sisällä, reunalla. Ulkona? Kohti relationaalista syrjäytymisen tarkastelua. In K. Juhila, H. Forsberg, & I. Roivanen (Eds.), *Marginaalit ja sosiaalityö* (pp. 20-43).

- HNS. (n.d.). *Psykkporten*. Retrieved mars 12, 2018, from Stigma, eller skamstämpel: <https://www.mielenterveystalo.fi/sv/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/psykoosi/Pages/Stigma.aspx>
- Ijserman, H. (2013). We are everywhere. In J. Porkka, & M. Pentikäinen, *Community of the future – Challenges and new approaches to community based social work and diaconia from the CABLE approach* (pp. 83-89).
- Infopankki. (2014, september 22). *Yhden vanhemman perhe*. Retrieved mars 13, 2018, from <https://www.infopankki.fi/fi/elama-suomessa/perhe/erilaisia-perheita/yhden-vanhemman-perhe>
- Isola, A.-M. (2016). *Mitä sosiaalinen osallisuus tai asiakasosallisuus tarkoittaa? Virittelyä työpajoihin*. Retrieved from <https://www.slideshare.net/THLfi/mit-sosiaalinen-osallisuus-tai-asiakasosallisuus-tarkoittaa-virittely-typajoihin>
- JAMK. (n.d.). Retrieved mars 13, 2018, from <http://oppimateriaalit.jamk.fi/oppimiskasitykset/oppimiskasitykset/konstruktivistinen-oppiminen/>
- Johansson, T. (2012). Pappa på deltid – vardagsliv, maskulinitet och marginalisering. In M. Bäck-Wiklund, & T. Johansson (Eds.), *Nätverksfamiljen* (pp. 92-104). Natur & Kultur.
- Kehus, J. (2015). Perheleirit – sosiaalityötä leirinuotiolla ja vertaisryhmissä. In S. Väyrynen, K. Kostamo-Pääkkö, & P. Ojanen (Eds.), *Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä* (pp. 217-245).
- Krok, S. (2009). *Hyviä äitejä ja arjen pärjääjiä*. Tampereen Yliopisto.
- Kylmälä, J., & Hakkarainen, E. (2015). *Ollaan yhdessä valoina toisillemme*. Retrieved from <https://www.hdl.fi/wp-content/uploads/2018/01/Helsingin-Diakonissaalaitos-julkaisu-olla-yhdess%C3%A4-valoina-toisillemme.pdf>
- Lantz, A. (2013). *Intervjumetodik*.
- Lassander, M., Sohlin, P., & Tamminen, N. (2013). Asiakkaan voimaantuminen mielenterveyspalveluissa. *Yhteiskuntapolitiikka*, 685-691.
- Lee, J. (2001). *The Empowerment Approach to Social Work Practice – Building the Beloved Community*. Columbia University Press.
- May, T. (2013). *Samhällsvetenskaplig forskning*. Lund: Studentlitteratur.
- Meeuwisse, A., & Swärd, H. (2015). *Perspektiv på sociala problem*.
- Monimuotoiset perheet. (n.d.). *Yhden vanhemman perheen kohtaaminen*. Retrieved mars 8, 2018, from <https://monimuotoisetperheet.fi/ammattilaiset-ja-opiskelijat/kohtaaminen/yhden-vanhemman-perheen-kohtaaminen/>
- Moula, A. (2009). *Empowermentorienterat socialt arbete*. Retrieved from Moula, Alireza, 2009, Empowermentorienterat socialt arbete
- Mullender, A., Ward, D., & Fleming, J. (2013). *Empowerment in Action*. Palgrave.

- Noppari, E. (2006). Leiman antajat ja kantajat - ajatuksia leimasta ja leimaamisesta asiakaslähtöisessä ja terveyttä edistävässä perhetyössä. In J. Helminen (Ed.), *Elämä koettelee, tuki kannattelee – sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuuhteissa* (pp. 171-199).
- Notland, A. (2009). *Exposure – diakoni som soker*.
- Nyberg, R. (2000). *Skriv vetenskapliga uppsatser och avhandlingar*. Lund: Studentlitteratur.
- Nylund, M. (2013). Perspective on Community Development Work from Finland. In J. Porkka, & M. Pentikäinen, *Community of the future – Challenges and new approaches to community based social work and diaconia from the CABLE approach* (pp. 90-98).
- Olsson, E., & Martin, I. (2012). *Socialt arbete med grupper*.
- Petterson, F., & Davidsson, T. (2016). *Social exkludering – perspektiv, process, problemkonstruktion*.
- Pienperhe ry. (n.d.). *Vertaistoiminta*. Retrieved mars 8, 2018, from <https://www.pienperhe.fi/toiminta/vertaistoiminta>
- Puurunen, P. (2016). Yhteisötyön juurilla – setlementtiliike ja Jane Addams. In I. Roivanen, & S. Ranta-Tyrkkö, *Yhteisöt ja yhteisösosiaalityön lähtökohdat* (pp. 21-33).
- Rantalaiho, M. (2009). Suomalainen yksinhuoltajuus ja yhteiskuntamuutos: aviottomassa äitiydestä jaettuun vanhemmuuteen. In K. Forssén, A. Haataja, & M. Hakovirta (Eds.), *Yksinhuoltajuus Suomessa* (pp. 19-45). Helsingfors: Väestöliitto.
- Rinta-Panttila, K. (2018, Februari 5). Ledande diakonissa Helsingfors diakonissanstalt. (I. Kuusenoja, Interviewer)
- Rinta-Panttila, K. (2018, Mars 1). Ledande diakonissa Helsingfors diakonissanstalt. (I. Kuusenoja, Interviewer)
- Roivanen, I., & Ranta-Tyrkkö, S. (2016). *Yhteisöt ja yhteisösosiaalityön lähtökohdat*.
- Ryynänen, S. (2016). Paolo Freire - sorrettujen pedagogi. In I. Roivanen, & S. Ranta-Tyrkkö, *Yhteisöt ja sosiaalityön lähtökohdat* (pp. 39-43).
- Rädda Barnen rf. (n.d.). *Vårt arbete i Finland*. Retrieved april 14, 2018, from <https://www.pelastakaalapset.fi/sv/vart-arbete-i-finland/>
- Räsänen, J. (2014). *Voimaantumisen ja elämänpolitiikka*. EU: Printon.
- Sahlberg, P., Sholomo, S., & Penttilä, A. (2002). *Yhteistoiminnallisen oppimisen käsikirja*.
- Salmi, M., & Lammi-Taskula, J. (2004). *Puhelin, mummo tai joustava työaika? Työn ja perheen yhdistämisen arkea*. Saarijärvi.

- Santala L. (2009). Miten vanhemmat järjestävät lapsen huollon ja asumisen eron jälkeen? In K. Forssén, A. Haataja, & M. Hakovirta (Eds.), *Yksinhuoltajuus Suomessa* (pp. 136-153). Helsingfors: Väestöliitto.
- Siirto, U. (2015). Cable-metodi lähöasukkaiden aktivoijana, voimauttajana ja valtauttajana. In S. Väyrynen, K. Kostamo-Pääkkö, & P. Ojanen (Eds.), *Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä* (pp. 201-320).
- Siitonen, J. (1999). *Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua*. Uleåborg: Oulun opettajainkoulutuslaitos.
- Statistikcentralen. (2012, april 20). *Solmittujen avioliittojen määrä väheni*. Retrieved mars 13, 2018, from http://tilastokeskus.fi/til/ssaaty/2011/ssaaty_2011_2012-04-20_tie_001_fi.html
- Statistikcentralen. (2017, november 24). *Lapsiperheissä 39 prosenttia väestöstä*. Retrieved mars 29, 2018, from https://www.stat.fi/til/perh/2016/02/perh_2016_02_2017-11-24_kat_003_fi.html
- Statistikcentralen. (2018, mars 23). *Försvagad ekonomisk ställning bland enförsörjarhushåll*. Retrieved mars 29, 2018, from https://www.stat.fi/til/tjt/2016/02/tjt_2016_02_2018-03-23_tie_001_sv.html
- THL 2. (den 2 Mars 2018). *Sote uudistus*. Hämtat från Valtaistaminen: <https://thl.fi/fi/web/sote-uudistus/talous-ja-politiikka/sosiaalipolitiikka/sosiaalityo/valtaistaminen>
- THL. (2018). *Yksinhuoltajien terveys*. Retrieved april 23, 2018, from <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/lapsiperhekysely/tuloksia/yksinhuoltajien-terveys>
- Tjersland, O., Engen, G., & Jansen, U. (2010). *Allianser. Värderingar, teorier och metoder i socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Trost, J. (1997). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur.
- Tuomela-Holti, B.-H. (2018, Mars 16). Sakkunnig i familjearbete Folkhälsan. (I. Kuusenoja, Interviewer)
- Tuovinen, P. (2014). *Isien ja tyttärien kertomuksia yksinhuoltajaperheestä*. Jyväskylän Yliopisto.
- Valve, K. (2005). Exposure-valottumismenetelemä tiedon tuotamisen ja toiminnan strategisena työvälineenä. In D. t. seura, *Diakonian tutkimus 2/2005* (pp. 168-181).
- Valve, K. (2011). *Cable Yhteisövalmennus – Helsingin Diakonialaitokselle toteutettu työyhteisöjen valmennushanke*.
- Valve, K. (2013). A Perspective on the Exposure Approach to Pedagogy in Community Development Work. In J. Porkka, & M. Pentikäinen, *Community of the future – Challenges and new approaches to community based social work and diaconia from the CABLE approach* (pp. 168-191).

- Valve, K. (2015). Cable-metodi työntekijöiden tietoisuutta ja yhteisöllisyyttä rakentamassa. In S. Väyrynen, K. Kostamo-Pääkkö, & P. Ojaniemi, *Sosiaalityön yhteisöllisyyttä etsimässä* (pp. 281-297).
- Wikström, M., & Westergård, A. (Eds.). (2012). *Vardagshjälte 24/7 – om att vara ensamförälder*.
- Vuori, A. (2012). *Vähävaraisten lapsiperheiden hyvä vointi ja sen tukeminen*. Tampereen Yliopisto.
- Väestöliitto 1. (n.d.). *Ykinhuoltajaperheet Suomessa*. Retrieved mars 13, 2018, from http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/perheet/yksinhuoltajaperheet_suomessa/
- Väestöliitto 2. (n.d.). *Eronneisuus lapsiperheissä*. Retrieved mars 13, 2018, from http://www.vaestoliitto.fi/tieto_ja_tutkimus/vaestontutkimuslaitos/tilastoja/perheet/eronneisuus_lapsiperheissa/
- Yin, R. (2013). *Kvalitativ forskning – från start till mål*. Lund: Studentlitteratur.
- Yle 2. (2018, mars 29). *Ensamförsörjare har allt sämre ekonomi – Förälder: "Jag hade gärna stannat längre hemma, men det var helt enkelt inte möjligt"*. Retrieved mars 29, 2018, from <https://svenska.yle.fi/artikel/2018/03/29/ensamforsorjare-har-allt-samre-ekonomi-foralder-jag-hade-garna-stannat-langre>
- Yle. (2016, januari 28). *Hur orkar föräldrarna då barnen mår dåligt?* Retrieved april 23, 2018, from <https://svenska.yle.fi/artikel/2016/01/28/hur-orkar-foraldrarna-da-barnen-mar-daligt>
- Yle. (2018, oktober 27). *THL: Var tionde får inte vara med och konsumera*. Retrieved februari 15, 2018, from <https://svenska.yle.fi/artikel/2016/10/27/thl-var-tionde-far-inte-vara-med-och-konsumera>
- YVPL 2. (n.d.). *Taustaa ja tilastoja*. Retrieved mars 13, 2018, from <http://www.yvpl.fi/taustaa-ja-tilastoja/>
- YVPL. (2016, februari 23). *Yhden vanhemman perheiden työttömyyden alentaminen*. Retrieved mars 13, 2018, from http://www.yvpl.fi/uploads/media/12.4.2016_Lausuntoluonnos_yhden_vanhemman_perheiden_tyo_tto_myyden_alaentamisesta_TEMlle.pdf

Figurförteckning

Figur 1 Vardagens utmanings- och stödfaktorer.....	11
Figur 2 Innehållsanslysens flödesschema.....	42
Figur 3 Kategori Grundelement	42
Figur 4 Temat Handledarskap	43
Figur 5 Temat Process	44
Figur 6 Temat Gruppramar.....	45

Figur 7 Kategori Empowerment process.....	46
Figur 8 Temat tillfredsställda behov	46
Figur 9 Temat Effekter	47
Figur 10 Arbetsprocessens flödesschema.....	48
Figur 11 Modellens faser	56



Avdelningen för vård och det sociala området
Projektbeskrivning för examensarbeten

Projektets namn: CABLE (Community Action based Learning for Empowerment)
Projektansvarig lärare: Johanna Wikgren-Roelofs
<p>Bakgrund</p> <p>Examensarbetsprojektet CABLE samarbetar med ett större externfinansierat projekt "Där nöden är störst - diakoni på svenska" (2016-2018). Projektet "Där nöden är störst..." har som mål att utarbeta verktyg, modeller och metoder som främjar empowerment och delaktighet bland sårbara och utsatta grupper. För att uppnå målet har projektet valt att satsa på CABLE-metoden*. I praktiken förverkligas projektet genom att CABLE-metoden provas och utvecklas inom de svenskspråkiga församlingarna i Helsingfors.</p> <p>YH Novias roll i projektet är att involvera studerande i utvärderingen och utvecklandet av olika arbetssätt för att CABLE-metoden ska fungera så bra som möjligt i ovan nämnda församlingar.</p> <p>Syftet med examensarbetsprojektet CABLE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Att med olika metoder utvärdera och utveckla CABLE-metoden inom de svenskspråkiga församlingarna i Helsingfors, samt att utveckla samarbetet kring CABLE mellan församlingarna och tredje sektorns organisationer. 2. Att utveckla en processbeskrivning tillsammans med församlingsanställda för hur CABLE-grupper i en finlandssvensk församlingskontext kunde uppstartas, planeras, genomföras, utvärderas och uppföljas. <p>Förväntade resultat</p> <p>Olika typer av sammanställningar, manualer eller utvärderingar på svenska för hur CABLE-metoden tillämpas eller kunde tillämpas inom finlandssvenska församlingar.</p> <p>*CABLE-metoden går ut på att människor i utsatta situationer inbjuds till att i grupp och tillsammans med sakkunniga på olika sätt bl.a. fundera på sitt liv, på det samhälle vi lever i och arbeta för förändring.</p> <p>Partners: Projektet Där nöden är störst - diakoni på svenska</p> <p>Projekttid: 2016-2018</p> <p>Lärdomsprovets kompetenser:</p> <p>I lärdomsprovet fördjupar studerande sina kunskaper och färdigheter inom ett till utbildningsprogrammet hörande centralt kompetensområde.</p> <p>Forskning och utveckling: Studerande kan systematiskt utveckla sitt yrkesområde och har förmåga att på ett vetenskapligt sätt presentera, diskutera och granska utvecklingsprojekt.</p> <p>Mångprofessionellt arbetssätt: Studerande kan utföra forsknings- och utvecklingsverksamhet i mångprofessionella team.</p> <p>Resursförstärkande intervention och aktion: Studerande kan tillämpa ett resursförstärkande perspektiv på utredning, utveckling och utvärdering av resursförstärkande yrkespraxis inom social- och hälsovård.</p> <p>Vårdvetenskapligt förhållningssätt: (för Utbildning till sjukskötare och hälsovårdare) Reflektion och tillämpning av vårdvetenskapens metaparadigm enligt utbildningsprogrammets instruktioner för vårdvetenskap.</p>
Projektplanen uppgjord 4.12.2017 av Johanna Wikgren-Roelofs



Projektplan: Där nöden är störst - diakoni på svenska (1.1.2016 – 31.12.2018)

1. Behov, mål och målgrupp

1.1 Behov och nuläge

Större inkomstklyftor i befolkningen, press på välfärdsstatens tjänster för befolkningen som behöver social- och hälsovård, svenska språkets minoritetsställning i södra Finland och individualism i samhället gör att det är viktigt att igen fokusera på var nöden är störst och försöka nå ut till dem vars nöd är störst och som vilken ingen annan hjälp får, också på svenska (KO 4:2). Att församlingarna kunde bli diakonala församlingar, där också utsatta människor känner sig hemma, är en vision som ligger till bakgrund för detta projekt.

Projektet tar utgångspunkt i de svenska församlingarnas diakoniarbete i Helsingfors. Diakonissanstalten i Helsingfors har genom alla år varit i förändring med målet att bemöta nöden där den är som störst. Anstalten har utvecklats från att bedriva sjukhus och utbildning, och sända ut diakonissor till församlingsdiakoni, till att numera vara en stor koncern som producerar social- och hälsovårdstjänster till Helsingforsregionens befolkning. Dessa tjänster är till stor del riktade till dem vars nöd är störst, och Diakonissanstalten i Helsingfors är därmed fortfarande en pionjär i att utveckla diakonin. Diakonia-opisto, är en del av Helsingfors diakonissanstalt som bedriver utbildningsverksamhet. De har också fortbildat församlingsanställda inom evangelisk lutherska församlingar i Helsingfors. Nu önskar Diakonissanstalten kunna använda sin spetskompetens och sina erfarenheter till att också stöda den diakonala utvecklingen i svenska församlingar i Helsingfors. Diakonissanstalten har fortbildat sin personal i Cable-metodik för att kunna arbeta för delaktighet med de mest utsatt i sina verksamheter. Cable-metodiken ligger som grund för utvecklingsarbetet inom församlingarna också i detta projekt. Cable-metodiken har sin grund i socialpedagogik enligt P.Freire och ett befrielseologiskt förhållnings- och arbetssätt.

Diakonin och det övriga församlingsarbetet i de svenska församlingarna i Helsingfors når de flesta svensktalande Helsingforsbor. Församlingsarbetet är gediget och mångsidigt, och diakonin når ut till många. Frågan om diakonin når ut till dem vars nöd är störst har alltid motiverat diakonins tjänsteinnehavare att utveckla nya arbetssätt. Frågan om församlingarna kunde utvecklas till att bli mera diakonala församlingsgemenskaper har också lyfts upp i strategier och utvecklingsdokument de senaste åren. Dessa två frågor är de centrala i detta projekt. **Var finns de svensktalande vars nöd är störst i Helsingfors och hur kan församlingarna utveckla gemenskaperna att bli ännu mer diakonala?**

YH Novia önskar delta i projektet med en anställd projektledare, en projektanställd lärare och en överlärare samt med studerande som kan utreda var nöden är störst bland svenskspråkiga i Helsingfors, med församlingspraktik och dokumentation av processen.



1.2 Projektets mål:

Målet för projektet *Där nöden är störst-diakoni på svenska* är att

- *möta nöden bland svenskspråkiga i Helsingfors och stöda församlingarna i en utvecklingsprocess mot mera diakonala gemenskaper i församlingarna*

Syftet med projektet är att

- *sammanställa befintligt material om diakoni i Helsingfors samt utreda var nöden är störst bland svenskspråkiga i Helsingfors*
- *fortbilda diakonianställda och frivilliga i Cable-metodiken för att främja delaktighet och utveckla den diakonala prägeln i Helsingfors svenska församlingar*
- *utveckla arbetsmetoder för ett diakonalt församlingsarbete i de svenska församlingarna i Helsingfors*

1.3. Målgrupp

Projektets primära målgrupp är svensktalande personer i Helsingfors som är i nöd och behov av församlingens diakonala tjänster. Projektets sekundära målgrupp är anställda och frivilliga i församlingarna som arbetar med gemenskapsbyggande arbete.

1.4 Styrgrupp

- En kyrkoherde från de svenska församlingarna i Helsingfors
- En diakoniarbetare från varje församling som deltar i projektet
- En representant från Diakonissanstalten i Helsingfors
- En representant för församlingsdiakonin från Domkapitlet i Borgå stift
- Två representanter från YH Novia (projektledare och överlärare)

2. Förverkligande och resultat

2.1 Konkreta åtgärder för att nå projektets mål

1. **Projektets organisering och inledning (våren 2016)**
Projektledaren gör i samarbete med projektets styrgrupp och arbetsgrupp upp projektets verksamhets-, kommunikations- och utvärderingsplaner. Projektledaren kontakter samarbetspartners och informerar allmänt om projektet.
2. **Samhällsanalys med fokus på var nöden är störst bland svensktalande personer i Helsingfors (våren 2016)**
Samhällsanalysen görs i samarbete med YH Novias social- och hälsovårdsstuderande, och målgrupperna. Som verktyg används intervjuer och analys av dokument och befintligt material. Samhällsanalysen ges till församlingarna i maj 2016.



3. Fortbildning i CABLE-metodik (2016-17)

Första fasen av fortbildningen är att diakonissorna i församlingarna och projektledaren fortbildas i CABLE-metodik (våren 2016). Utbildningen sträcker sig över några månader och är i sin omfattning 25 h lång.

Andra fasen är att fortbildningen erbjuds till frivilliga och eventuellt intresserade anställda för att stärka delaktigheten i församlingarna (hösten 2016-). Fortbildningen fortsätter med nya grupper under 2017.

4. Redskap och metoder för diakonalt församlingsarbete utvecklas i samarbete med de som deltagit i CABLE-fortbildningen (2017)

Tillämpningen av CABLE-metodiken i de olika församlingarnas diakoni utvecklas för att främja delaktigheten i församlingarna och processerna dokumenteras och sammanställs i en delrapport.

5. Utvärdering av Cable metodiken och projektet (2018)

Utvärderingar av betydelsen av Cable grupperna sammanställs och analyseras. På basen av utvärderingsresultaten görs en modell för hur Cable-metoden kan användas i församlingar. Projektet utvärderas i sin helhet.

6. Dokumentation av projektets verksamhet och resultat, slutrapportering samt spridning av resultat (2018)

Projektet och dess resultat dokumenteras. Resultatet delges projektparterna och publiceras i YH Novias publikationsserie och i fack- och vetenskapliga tidskrifter. Projektets resultat presenteras på seminarier.

2.2 Vilka resultat nås genom projektet

Utsatta personers delaktighet i församlingsverksamheten ökar. De svenska församlingarna i Helsingfors får nya arbetssätt för att utveckla församlingsdiakonin och frivilligarbetet. Utsatta personer blir delaktiga och medvetna om de olika verksamheter och stödformer församlingarna erbjuder. Församlingarnas verksamheter utvecklas mot att inkludera flera och mera utsatta personer.

3. Hur fortsätter verksamheten efter projektets slut

De svenska församlingarna i Helsingfors använder sig av de inom projektet utarbetade verktygen och metoderna i sin verksamhet.

Användningen av metoden sprids till andra församlingar och bidrar till utvecklingen av församlingsdiakonin inom Borgå stift.

Följebrev

Tack för att du deltar i vårt forskningsarbete om Cable som empowerment metod för ensamstående föräldrar.

Vi är fyra socionomstuderande från Yrkehögskolan Novia i Åbo som skriver vårt examensarbete i vår. Vi utvecklar en modell för användning av Cable metoden med ensamstående föräldrar.

Vad är Cable?

Cable (Community Action Based Learning For Empowerment) är en kollektiv inlärningsprocess, som resulterar i både individuell och gemenskaplig empowerment. Empowerment innebär resursförstärkning och ökad egenmakt, som leder till handling i syfte att få till stånd förändringar i den enskilda människans livsförhållanden och samhällets maktstrukturer.

Syftet med intervjun

Syftet för intervjun är att få insyn i hur man kan jobba med ensamstående föräldrar empowerment inriktat, samt att få kunskap för utveckling av vår Cable modell. Intervjufrågorna finns bifogade.

(Intervjuarens kontaktuppgifter)

Projektansvarig lärare Johanna Wikgren-Roelofs

Tel. 02-4323377

Johanna.wikgren-roelofs@novia.fi

Handledare Tua Weckström-Lundell

Tel. 02-4323357

Tua.Weckstrom-lundell@novia.fi

Saatekirje

Kiitos, että osallistut tutkimukseemme koskien Cable-menetelmää.

Olemme neljä sosionomiopiskelijaa Turun Yrkeshögskolan Noviasta. Opinnäytetyömme käsittelee Cable-menetelmän käyttöä yksinhuoltajavanhempien voimaannuttamiseen. Kehitämme mallia tähän tarkoitukseen.

Mikä Cable on?

Cable (Community Action Based Learning For Empowerment) on yhteisöllinen oppimisprosessi joka johtaa voimaantumiseen. Empowerment merkitsee sekä yksilön voimavarojen vahvistumista että yhteisön valtaistumista, jonka tarkoituksena on saada aikaan muutosta yksilön elämäntilanteeseen ja yhteiskunnan valtarakenteisiin.

Haastattelun tarkoitus

Haastattelun tarkoituksena on saada lisätietoa siitä, miten työskennellä voimaannuttavasti yksinhuoltajavanhempien parissa Cable-menetelmää soveltaen. Haastattelukysymykset ovat liitteenä.

(Intervjuarens kontaktuppgifter)

Vastaava opettaja Johanna Wikgren-Roelofs

Tel. 02-4323377

Johanna.wikgren-roelofs@novia.fi

Opinnäytetyön ohjaaja Tua Weckström-Lundell

Tel. 02-4323357

Tua.Weckstrom-lundell@novia.fi

Intervjuplan

A. Ensamstående föräldrar

1. Berätta om hur du ser på ensamståendes situation och deras behov idag.
2. Hur har antalet klienter och deras förhållanden utvecklats över tid?

B. Cable

3. Kan du berätta om coachens roll under Cable träffarna?
4. Berätta om coachens roll och betydelse under hela Cable processen?
5.
 - a. Vad är viktigt att beakta då ni planerar gruppverksamheten och målsättningar för en grupp?
 - b. Vilka synpunkter vill ni föra fram gällande själva grupprocessen med hänsyn till dynamiken och uppbyggandet av gemenskap i en grupp?
6. Vilka effekter har metoden haft på klienterna på kort och på lång sikt (positiva/negativa)?

c. Empowerment: (förklara t.ex. genom begreppen resursförstärkning och egenmakt)

7. Kan ni berätta vad empowerment är för er som en företeelse då det uppstår i en grupp?
8.
 - a. Berätta hur du gör för att främja delaktighet i en grupp.
 - b. Berätta hur du gör för att främja självbestämmande i en grupp.
 - c. Berätta hur du gör för att främja ansvarstagande i en grupp.
 - d. Berätta hur du gör för att främja gemenskap i en grupp.

Haastattelusuunnitelma**A. Yksinhuoltajavanhemmat**

1. Kerrotko, miltä yksinhuoltajavanhempien tilanne ja tarpeet näyttävät tänä päivänä?
2. Miten on yksinhuoltajavanhempien lukumäärä ja heidän olosuhteensa muuttuneet ajan kuluessa?

B. Cable

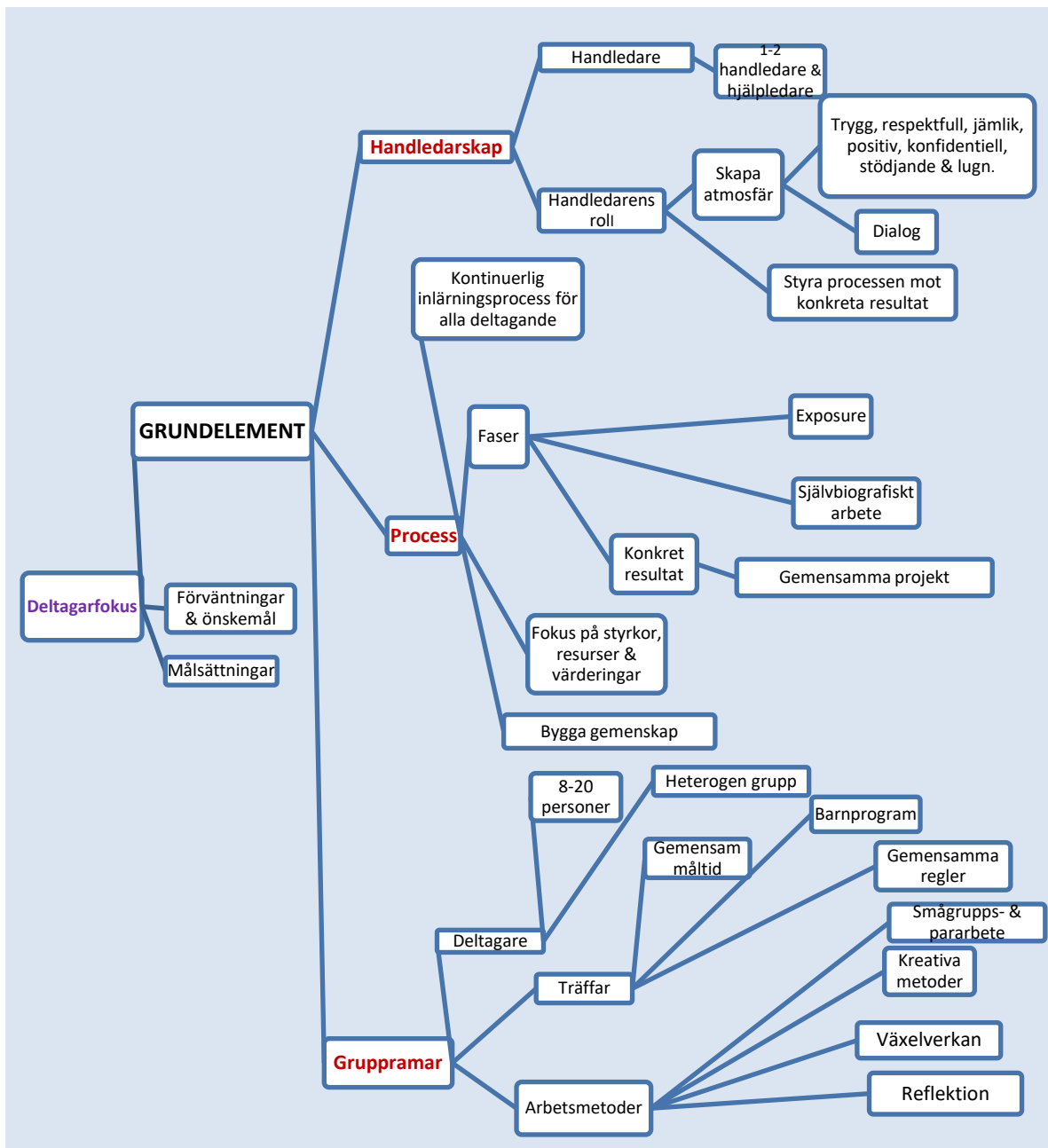
3. Voitko kertoa ohjaajan/valmentajan roolista Kaapeli/Cable – tapaamisissa?
4. Mikä on ohjaajan/valmentajan rooli ja merkitys koko Kaapeli/Cable - prosessin aikana?
5. a. Mitä on erityisen tärkeää ottaa huomioon kun suunnitellaan ryhmätoimintaa ja ryhmän tavoitteita?
b. Mitä näkökohtia voisitte tuoda esiin koskien itse ryhmäprosessia kun ajatellaan dynamiikkaa ja yhteisöllisyyden rakentamista ryhmässä?
6. Mitä vaikutuksia on Kaapeli/Cable –metodilla ollut asiakkaiden elämään lyhyellä ja pitkällä aikavälillä (myönteiset/kielteiset)?

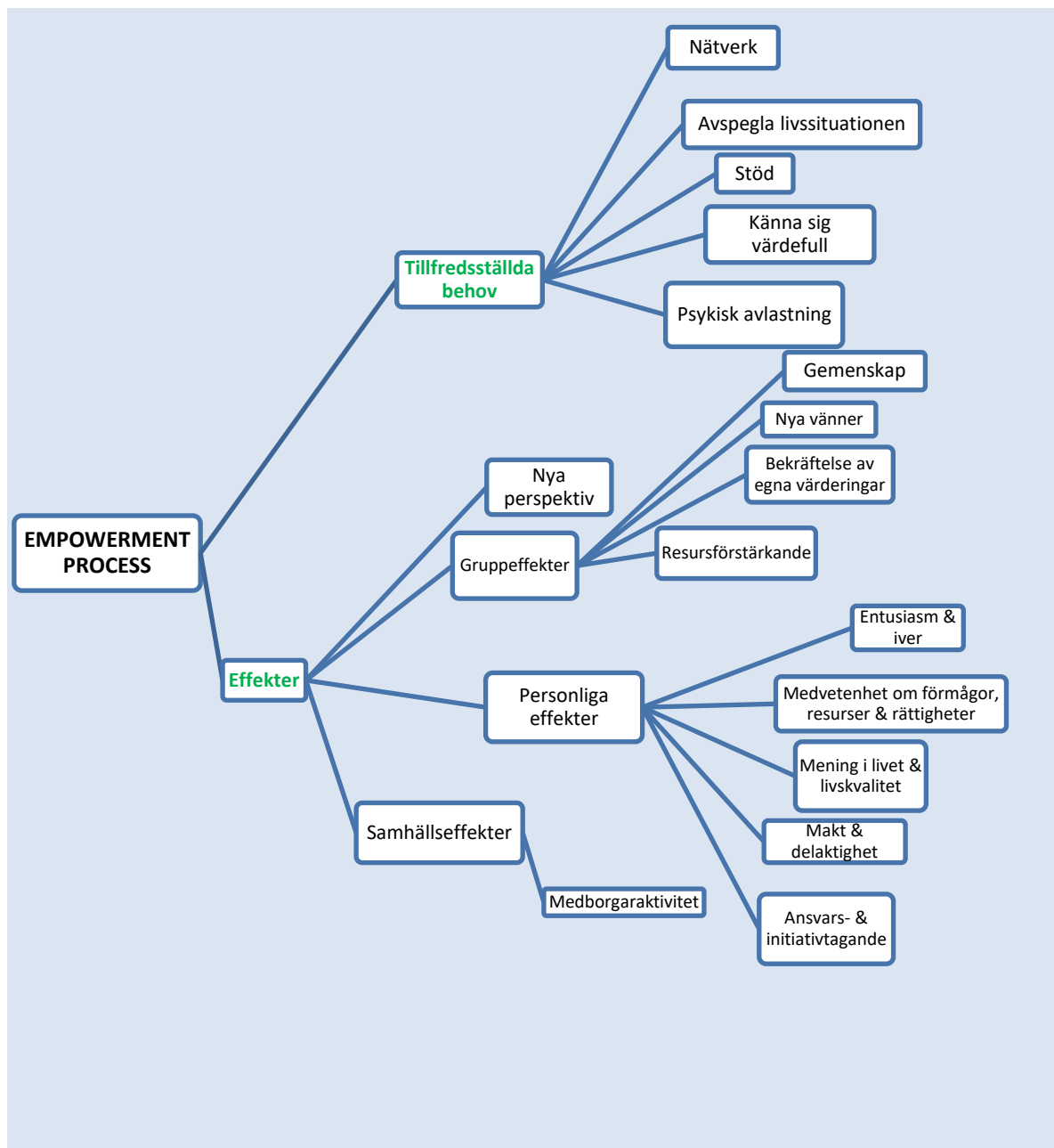
C. Empowerment: (selitä esim. voimavaraistuminen ja valtaistuminen – käsitteiden avulla)

7. Voitko kertoa, miltä empowerment näyttää kun se syntyy ryhmäprosessissa?

8. a. Kerro, miten edistät osallisuutta ryhmässä?
b. Kerro, miten edistät itsemääräämisoikeutta ryhmässä?
c. Kerro, miten edistät vastuunottoa ryhmässä?

- . d. Kerro, miten edistät yhteisöllisyyttä ryhmässä?





Palaute opinnäyte Sakari Sorola & CO

Sakari Sorola pyysi palautetta opinnäytteenään kehittämäänsä CABLE-pohjaiseen malliin, jossa tavoitellaan yksinhuoltajavanhempien voimaantumista.

Hahmotellussa mallissa on hyvin hyödynnetty CABLE-ajattelun perusteita. Tavoitteena on heti työskentelyn alusta alkaen luoda osallistujille ja ryhmän keskuuteen avoin, turvallinen dialoginen tila. CABLE on aikuispedagoginen menetelmä, jossa oppiminen tapahtuu osallistujien omina oivalluksia yhteistoiminnallisissa harjoituksissa ja keskinäisessä dialogissa. Siksi ilmapiiriin on oltava myönteinen ja kaiken on ryhmässä tapahduttava yhdenvertaisesti, koskien myös ohjaajia. Ohjaajien tehtävänä on johtaa yhteistä prosessia sekä tukea ryhmää ja sen jäseniä luottamaan kykyihinsä ja löytämään uusia.

Tärkeää on kertoa selkeästi osallistujille, että menetelmässä rakennetaan osallistujien kykyjen ja taitojen varaan, edetään siis positiivisen kautta, eikä kyse ole terapiasta. Siksi on hyväksyttävää, että jokainen osallistuja kertoo itsestään ja ajatuksistaan vain sen verran kuin mitä itse haluaa.

Pienessä ryhmässä voi olla haasteellista saada aikaan oppimisen kannalta riittävää vuorovaikutusta. Isommassa ryhmässä on todennäköisestään, että joukossa on määrällisestään enemmän henkilöitä, jotka ovat halukkaita jakamaan ajatuksiaan, jotta riittävää vuorovaikutusta saataisiin aikaan. Näin ollen ajattelen, että suunniteltu 10 - 15 henkilöä saattaa olla toimivaksi ryhmäksi liian pieni.

Kokemus on osoittanut, että mitä heterogeenisempi ryhmä on, sitä parempaa vuorovaikutusta ja muuta tulosta ryhmässä syntyy. Siksi olisi hyvä, että ryhmässä ei olisi vain yksinhuoltajavanhempia, vaan heidän lisäksi myös muita osallistujia. Muut osallistajat voisivat olla esimerkiksi sosiaali- ja diakoniatyöntekijöitä, kokemusasiantuntijoita, harrastejärjestöjen työntekijöitä ja vapaaehtoisia tai aktiivisia asiasta kiinnostuneita eläkeläisiä. Kasvattaisin ryhmän kokoa n 20 henkilöön, joista kuitenkin yli puolet olisivat yksinhuoltajavanhempia.

Suunnittelussa mallissa tulisi sisällöllisesti ja prosessuaalisesti tiiviimmin sitoa Ikkuna-, Katto- ja Ovivaiheet toisiinsa. Ikkunavaiheessa on kyse havainnoinnista, joka olisi mahdollista toteuttaa havainnoimalla osallistujia kiinnostavia julkisia tai järjestöjen palveluja. Millaisia palveluja tai aktiviteetteja alueella toteutetaan? Vastaavatko ne ryhmän jäsenten omia kiinnostuksia tai osaamisia? Olisiko tilausta jollekin uudelle toiminnallisuudelle? Yksinhuoltajavanhemmat voisivat myös toimia muulle ryhmälle oman arkensa kokemusasiantuntijoina ottamalla heitä mukaansa heidän oman arkensa tapahtumapaikkoihin. Tämä auttaisi ryhmän muita jäseniä ymmärtämään paremmin yksinhuoltajavanhemman arkea ja yksinhuoltajavanhempaa katsomaan ainakin jossain määrin uusin silmin tuttua ympäristöään. Tällöin olisi mahdollista, että valottumista (exposure) todella tapahtuisi.

Kattovaiheessa olisi siten mahdollista koostaa yhdessä yksinhuoltajavanhempien arjen keskeiset haasteet (sosiaalinen analyysi). Sen jälkeen ryhmä voisi yhdessä miettiä, mitä se voisi käytettävissä olevin resurssein (työntekijäresurssit, toimitilat, ryhmän jäsenten osaaminen ja verkostot ymv) itse tehdä haasteiden voittamiseksi. Syntyneistä toiminnallista ideoista olisi mahdollista koostaa pienempiä tai isompia toimintaprojekteja (esim hyödyntäen jotakin valmista kevyttä projektimallia), joista yhden (tai sen ensimmäisen osan) ryhmä toteuttaisi Ovivaiheessa. Jatkon osalta tärkeää olisi määritellä toimintaprojektien seuraavat askeleet ja niihin vastuuhenkilöt tai -ryhmät.

Tampereella 2.5.2015

Matti Helin

Helsingin diakonissalaitoksen diakoniajohtaja, VTT, TM, CABLE-yhteisövalmentaja

Hej,

Ursäkt att det tog tid för mig att svara. Jag har varit på semester.

Modellen ser väldigt tydlig och tillgänglig ut och kommer med konkreta övningar som man kan använda under gruppgångarna.

Men jag har några kritiska frågor:

Varför namnet CABLE? Vad syftar namnet på? Är det en akronym?

Modellen och strukturen för grupperna är bra, men kunde passa för vilken målgrupp som helst. På vilket sätt tillämpas den här modellen just för ensamstående föräldrar. Borde det finnas några samtalsämnen eller frågeställningar i strukturen, som behandlar just den här målgruppens livssituation och eventuella samtalsämnen?

Hoppas de här kommentarerna ännu hinner med.

Med vänlig hälsning,

Katarina

CABLE – *en modell för empowermentinriktat arbete med ensamstående föräldrar*



Strukturer för modellens genomförande:

- ✓ Ordnas i ett utrymme där det finns plats för gemensamma måltider samt skilt utrymme för barnprogram och verksamheten för gruppdeltagarna. Gärna även möjlighet till utevistelse.
- ✓ Processen består av 6 faser/träffar, varannan vecka, 3-4 h, exempelvis lördagar kl. 15.00.
- ✓ 12-15 deltagare, 2 handledare, 1-2 hjälpledare som tar hand om barnen efter en gemensam måltid.
- ✓ Olika metoder för indelningar inom gruppen varje gång för att alla skall ha chansen att arbeta med alla gruppdeltagare.
- ✓ Pauser enligt behov.

FÖRBEREDELSEFAS:

Intervjuer av deltagare innan gruppens början för information om personens motivation och beredskap för deltagande i grupprocessen.

Varje träff börjar med en gemensam måltid som deltagarnas barn även kan delta i samt en "hur mår ni"-runda. Träffarna avslutas med reflektion i grupp (med hjälp av bland annat kort, stenar, boll, sång, garnnystan eller annan kreativ metod).



• Grundfas - Orientering

- Mål & syfte: Gruppbildning påbörjas: struktur, process och atmosfär.
- Frågor: Vem är vi? Varför är vi här? Vad är viktigt för oss?
- Metoder: Isbrytare, Empowerment principer och värderingsövning.



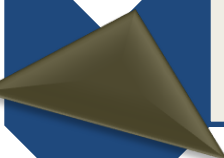
• Rumfas - Biografi

- Mål & syfte: Självkännedom - resurskartläggning.
- Frågor: Vem är jag? Vad är jag bra på? Vad vill jag förändra?
- Metoder: Generationsarbete, styrketräning och problemlösning.




• Fönsterfas - Exposure

- Mål & syfte: Se på verkligheten med "nya ögon" och ur ett nytt perspektiv.
- Frågor: Vad ser, hör, känner, smakar och doftar jag?
- Metoder: Observation och reflektion.



• Takfas - Social analys och projektplan

- Mål & syfte: Distansering, medvetenhet och fördjupning av gemenskapen.
- Frågor: Vad vill vi göra tillsammans och hur?
- Metoder: Inlärningscafé och smågruppsverkstad.



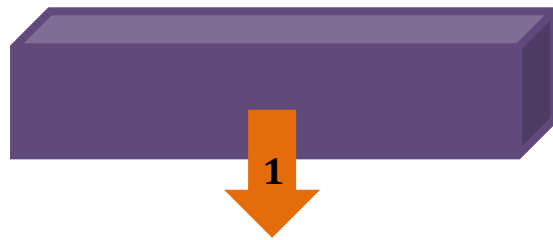
• Dörrfas - Gemensamt projekt

- Mål & syfte: Förverkliga något konkret i grupp.



• Skorstensfas - Utvärdering

- Mål & syfte: Analys om förändring och empowerment.
- Frågor: Vad fick vi till stånd? Vad lärde vi oss? Uppfylldes målsättningarna? Hur fortsätter vi?
- Metoder: Utvärderingsövningar.



GRUNDFAS – Orientering

Centrala frågeställningar: Vem är vi? Varför är vi här? Vad är viktigt för oss?

Under måltiden dras en namnlek. Gruppen kan även skriva namnskyltar till sig själv för att stöda gruppbildningen. Deltagare ges tillfälle att berätta något om sig själv, utan tvång, de får berätta så mycket som det känns bekvämt.

Gruppbildning: syfte är att bygga upp strukturen och skapa atmosfären för den gemensamma processen. Planeringen är empowerment orienterad med deltagarfokus (Mullender 2013, 59-60).Handledare är ansvariga för skapandet av atmosfären från början med tilliten och tillhörigheten som centrala element. Deltagarna skall känna sig trygga, respekterade och jämlika. Andan skall vara positiv, lugn, uppmuntrande och konfidentiell (Mullender 2013, 67). Handledare ger information om processen.

Övningarna för att lära känna varandra görs för att bryta isen på ett roligt och lätt sätt. Isbrytare: Pulsen eller Ögonhopp.

Pulsen: En börjar och äger "pulsen". Alla andra skall hålla sin blick på denna person. Pulsägaren väljer med hjälp av ögonkontakt ut en av de andra i gruppen. Nu skall dessa två med hjälp av ögonkontakt samtidigt klappa i händerna och på så sätt överföra pulsen. Sedan väljer den nya pulsägaren med allas blickar på sig den nästa deltagaren för pulsöverföring. Så fortsätter det tills alla i gruppen varit "pulsägare".

Ögonhopp: Alla står i ring. Alla uppmuntras att söka ögonkontakt med någon annan i ringen. När man fått kontakt hoppar båda samtidigt upp i luften och byter sedan platser genom att korsa över golvet och möta varandra. Alla agerar samtidigt.

Diskussion om empowerment principer. Deltagarnas förväntningar, önskemål och målsättningar för gruppen styr processen. Beslut om gemensamma regler och målsättningar som alla deltagare förbinder sig till. Metoder som används är exempelvis brainstorming eller post-it.

Empowerment principer:

1. Vi förbinder oss till social rättvisa. Vi strävar efter att utmana ojämlikhet och förtryck med hänsyn till ras, kön, sexualitet, ålder, religion, klass, funktionshinder eller annan form av social "avvikelse".
2. Vi är övertygade om att alla människor har förmågor, erfarenheter och förståelse som de kan använda sig av för att tackla problem som de möter. Vi förstår att människor är experter över sitt eget liv. Vi använder detta som en utgångspunkt för vårt arbete.
3. Alla människor har rättigheter, inklusive rätten att bli hörd, rätten till att definiera sina svårigheter och rätten till att vidta åtgärder för deras egen skull. Människor har även rätten att definiera sig själva och inte bli stämplade på ett negativt sätt.
4. Orättvisa och förtryck är invecklade angelägenheter i social politik, miljö och ekonomi. Vi förstår att människor kan uppleva problem som individer, men dessa svårigheter kan omvandlas till gemensamma angelägenheter som berör hela samhället.
5. Vi förstår att människorna tillsammans kan vara starka. Människor som saknar makt och inflytande att utmana orättvisa och förtryck som individer kan uppnå det genom att arbeta tillsammans med andra i liknande situation.
6. Handledarna är inte ledare utan mentorer. Deras arbete är att möjliggöra för människor att fatta beslut för dem själva och ta makten över sitt liv. Varje deltagare är jämlik och allas insats är lika viktig. Handledarna har ingen särställning.

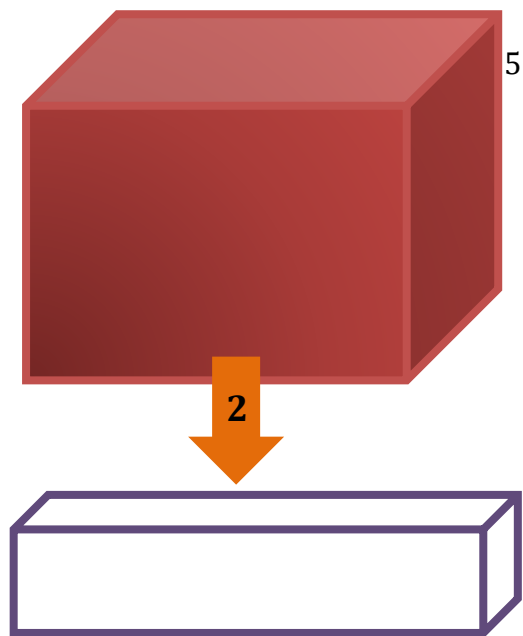
Värderingsövningar: Strandsatta, Tell me a story eller Ja- och nej-landet

Strandsatta: Deltagarna delas in i mindre grupper, ex. 4 - 8 personer. Varje grupp får i uppdrag att sätta sig in i följande situation: Genom en olycka blir ni strandsatta på en obebodd ö. Om ni hade vetat detta i förväg, vad skulle ni ha tagit med er? Funderas först enskilt, sedan i den lilla gruppen. Tillsammans görs en lista på lika många saker som det är deltagare i gruppen. Diskutera sedan med hela gruppen och ställ frågor om valen och om ni lärt er något nytt om er själv och varandra.

Tell me a story: Diskutera parvis. A berättar en vald händelse för B så detaljrikt och levande som möjligt. B hjälper A att beskriva händelsen med hjälp av frågor som Vad hände? Vad såg du? Vad hörde du? Vad upplevde du?

Ja- och nej- landet: Handledaren har förberett sig med ett antal frågor/påståenden som deltagarna skall ta ställning till. Rummet är delat i tre områden; ja-, nej- och ingenmanslandet. Alla ställer sig först i ingenmanslandet och flyttar sedan plats till ja- eller nej- landet beroende på sin åsikt till handledarens frågor eller påståenden. Besluten kan motiveras på valbart sätt.

Övningarna avslutas med reflektion. Deltagarna får information om en förhandsuppgift inför generationsarbetet på nästa träff.

RUMFAS - Biografi

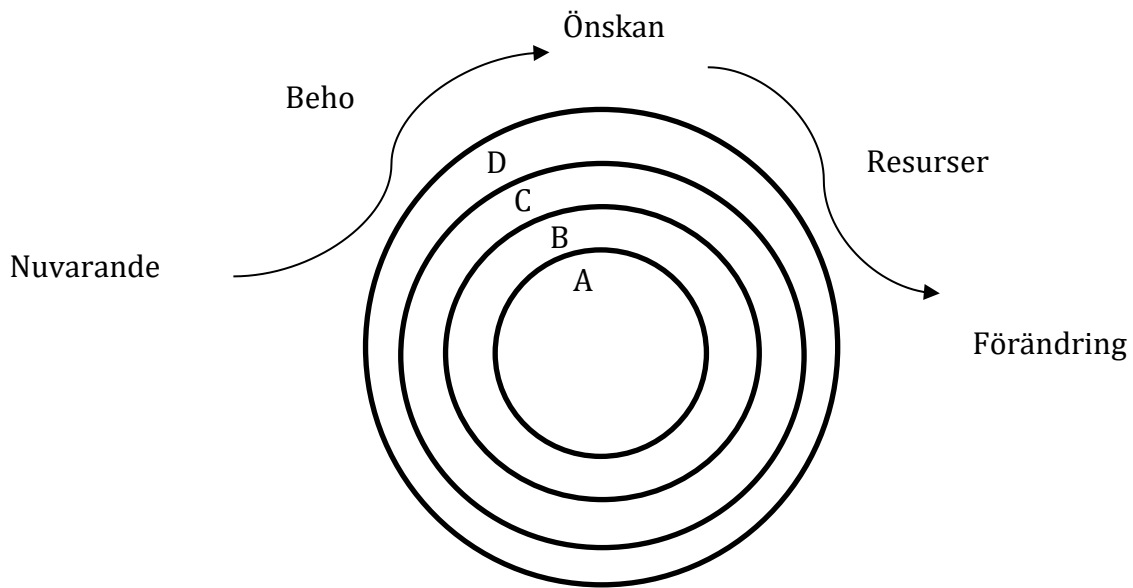
Centrala frågeställningar: Vem är jag? Vad är jag bra på? Vad vill jag förändra?

Generationsarbete. Deltagarna tar med foto/skriven berättelse/föremål/musik från viss vändpunkt i livet. Diskussion och reflektion. Vad hände? Hur har det påverkat mig? Vem var involverad? Vad hände sedan?

Styrketräning i par: deltagarna plockar individuellt 3 stycken styrkor (finns lista på metodbanken.se) som passar till en själv och diskuterar dessa med sitt par. Sedan presenterar paret varandra för resten av gruppen. En metod för att känna egenvärde och få insikt i egna resurser.

Processen avslutas med en **övning** inspirerad av Taylor och Kemps (u.å) "Bull's eye exercise":

1. Deltagarna börjar med att i smågrupper fundera över cirkelns olika nivåer.
2. Därefter samlas hela gruppen och med hjälp av utklippta tidningsbilder, teckningar och text skapar ett kollage som med fokus på Cirkel A och B samt vilka resurser och lösningar gruppen har till dessa. Övningens insiktsflöde är illustrerat kring den yttersta cirkeln.

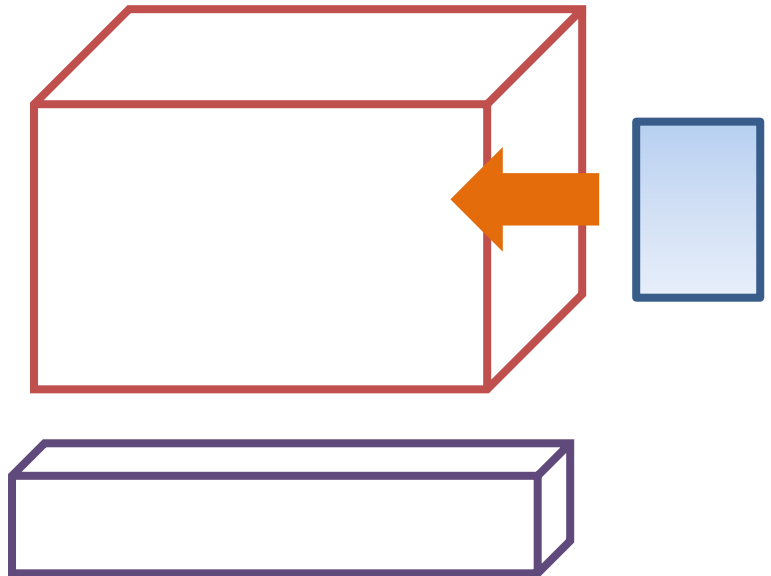


Cirkeln A representerar situationer som kan förändras helt av deltagarna själva.

Cirkeln B representerar situationer som deltagarna kan förändra med hjälp.

Cirkeln C representerar situationer som deltagarna inte kan förändra, men som de kan påverka andra att förändra.

Cirkeln D representerar situationer som deltagarna inte kan påverka.

FÖNSTERFAS – Exposure

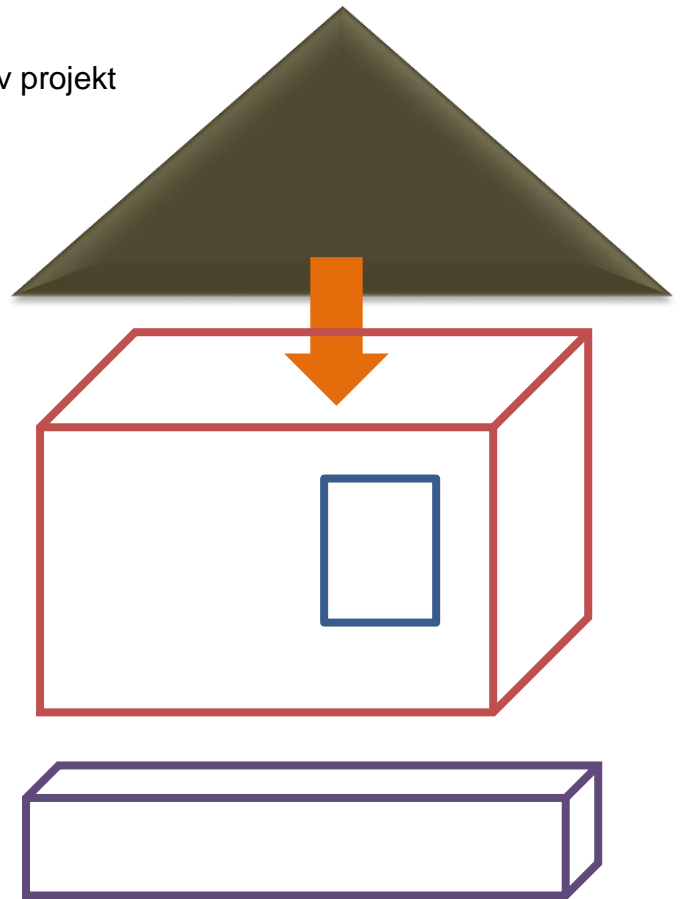
Centrala frågeställningar: Vad ser jag, hör, känner, smakar och doftar jag?

Miljön för **exposure** är antingen närmiljön eller något mer obekant.

Observationerna dokumenteras med hjälp av foton eller anteckningar. Observera omgivningen och sig själv som en del av den. Förslag på ställen: närmiljö: stora lekparkar: Äventyrspark (Åbo), PikkuKakkosen puisto (Tammerfors), förort eller shoppingcenter. Obekanta: flyktingförläggning, Klosterbackens hantverkarmuseum (Åbo), sjukhus, hälsovårdsstation eller buss (se mer om exposure i stycke 3.3.2.).

Reflektion och gruppdiskussion: deltagarna skall sträva till att se något de inte sett förut, se det med nya ögon och se något de inte har velat se tidigare.

Deltagarna sparar sina anteckningar till följande träff.

TAKFAS – Social analys och planering av projekt

Centrala frågeställningar: Vad kan vi göra tillsammans och hur?

Distansering i form av inlärningscafé: tre bord med tre olika teman för den sociala analysen. Deltagarna delas in i tre grupper som roterar mellan borden och skriver sina observationer och anteckningar gällande de olika temana. Efteråt samlas gruppen och reflekterar tillsammans över anteckningarna (se mer om distansering och social analys i stycke 3.3.2.).

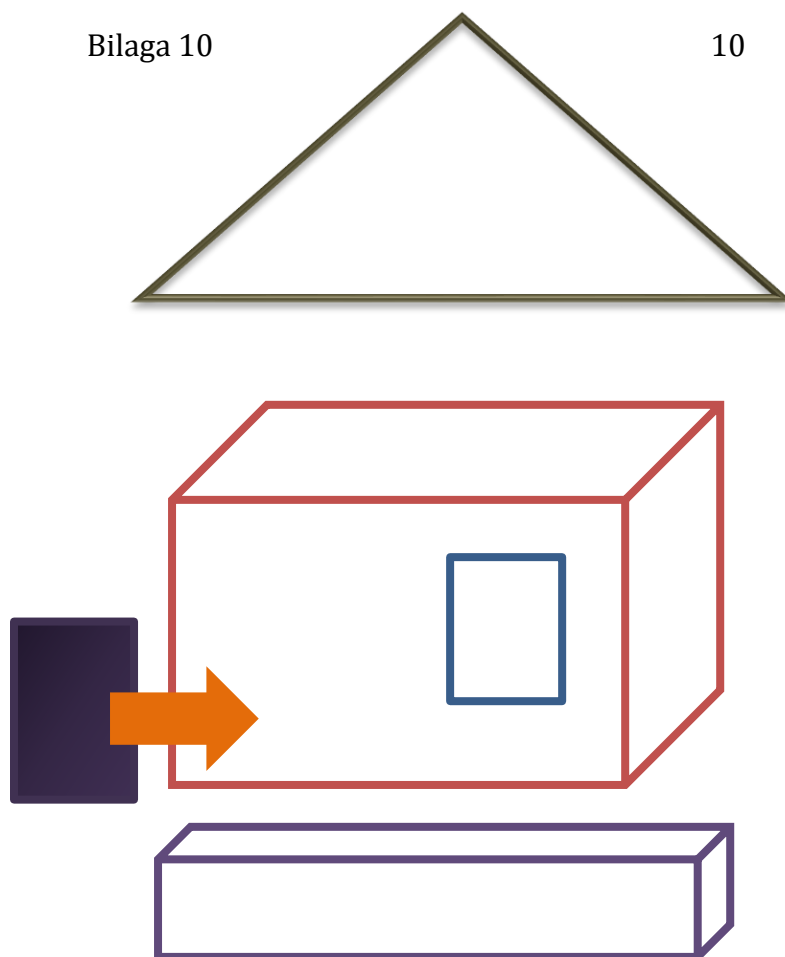
Teman: 1. Hur påverkar omgivningen vardagsproblematiken i enföräldersfamiljer? 2. Vilka förändringar kan behövas i lokalsamhället för att främja gruppens ställning? 3. Vilka hinder och möjligheter har gruppen för att påverka?

Projektplanering i form av smågrupps-verkstäder med hjälp av övningen Behåll motivationen. Gruppen kan bestämma om de vill utföra projektet med eller utan barnen.

Behåll motivationen:

1. Gör en plan för projektet. Hur ska eventuella hinder och motgångar hanteras?
2. Skriv ner varför ni vill göra det här, visualisera hur det kommer att kännas efteråt.

3. Föreställ er motsatsen- vad skulle hända, hur skulle det kännas om ni skulle misslyckas med detta?
4. Bryt ner det stora målet till mindre delmål, de kan kännas enklare att uppnå.
5. Dela på ansvar och arbetsuppgifter
6. Planera en belöning när målet är nått- hur ska ni fira?

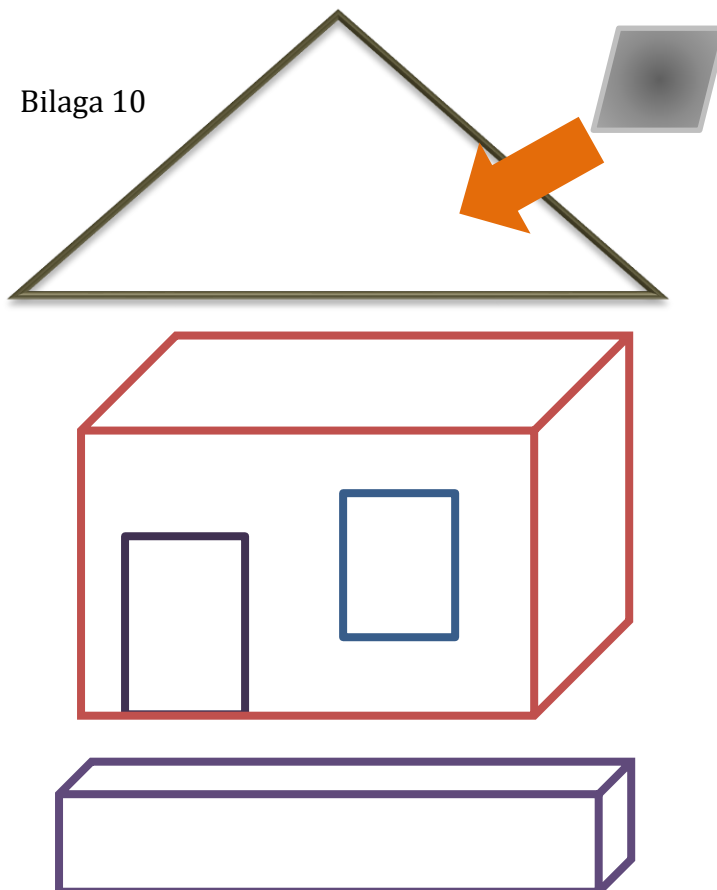


DÖRRFAS – Gemensamt projekt

Projekt utförande. Till exempel i form av en utflykt, utedag eller fest

SKORSTENSFAS – Utvärdering

Bilaga 10



Centrala frågeställningar: Vad fick vi till stånd? Vad lärde vi oss? Uppfylldes målsättningarna? Hur fortsätter vi?

Träffen börjar med en finare måltid. Den individuella och den gemensamma inläringen sammanfattas via en skapande metod.

Utvärdering av gruppens process och verksamhet med hjälp av reglerna och målsättningarna som skapades under den första träffen. Som utvärderingsmetod används piltavlan eller 3+3+3:

Piltavlan: En piltavla ritas på ett stort papper och delas in i fyra delar. Delarna namnges, t.ex. lärdomar, vi-känsla, inspiration, möjligheter. Alla deltagare ritas in "träffar" på tavlan. Ju närmare mittpunkten, desto högre poäng. Plats för kommentarer läggs ner på pappret.

3 + 3 + 3: Deltagarna får post-it lappar och skriver ner utvärdering enligt givet tema, beroende av syfte för utvärdering. Tre saker per lapp. Hela gruppens utvärdering sammanfattas på överenskommet sätt, t.ex. på ett gemensamt papper.